

**LE FIGARO**  
ENTREPRISES

**Jean-Paul VERMÈS**

# Le guide du CV

Neuvième édition

© Éditions d'Organisation, 2003  
ISBN : 2-7081-2852-3

© LPM, 1995, 1996, 1997, 1998  
© Éditions d'Organisation, 1999, 2000, 2001, 2002, 2003  
ISBN : 2-7081-2852 - 3

# Sommaire

---

Introduction : Pourquoi ce guide sur le CV ?  
Que va-t-il dire de plus ? ..... 1

Avant-propos : Qu'est-ce qu'un CV ? ..... 5

## **PARTIE 1 – CV, lettre d'accompagnement : connaître les bases**

Chapitre 1 : La préparation de votre CV ..... 17

Travail préparatoire ..... 18

*L'état des lieux* ..... 18

*Le bilan personnel* ..... 18

*Le bilan professionnel* ..... 26

*Réalisations marquantes* ..... 28

Réalisation ..... 33

*Première étape : l'état des lieux* ..... 33

*Deuxième étape : le bilan personnel* ..... 35

*Troisième étape : le bilan professionnel* ..... 36

*Le bilan de formation* ..... 38

*Le niveau de connaissance de langues étrangères* ..... 38

*Le salaire* ..... 38

*Le bilan des activités extra-professionnelles* ..... 38

*Dernière étape : le projet professionnel* ..... 38

Chapitre 2 : Une question de forme ..... 41

*Principes de base* ..... 41

*Photographie* ..... 46

<b>Chapitre 3 : Plein feu sur les rubriques.....</b>	<b>49</b>
Comment classer les rubriques .....	50
Le cœur des rubriques.....	63
<i>État civil</i> .....	63
<i>Formation ou études</i> .....	84
<i>Le service militaire</i> .....	95
<i>Les langues</i> .....	97
<i>Informatique</i> .....	102
<i>Stages</i> .....	103
<i>Les activités extra-professionnelles</i> .....	158

**Six CV commentés comme exemples  
Do it yourself**

<b>Chapitre 4 : La lettre d'accompagnement.....</b>	<b>185</b>
<i>Une réponse à une petite annonce (P.A.)</i> .....	187
<i>Candidature spontanée</i> .....	190
<i>Le « CV numérique »</i> .....	190
<i>La lettre en quelques mots</i> .....	196
<i>Rémunération – Salaire – Prétentions, etc</i> .....	197

**Exemples de lettres d'accompagnement**

<b>Chapitre 5 : Est-ce que la « grapho » dit vrai ? .....</b>	<b>231</b>
<i>Que mesure la graphologie et quelles sont ses limites ?</i> .....	237
<i>La boîte à outils du graphologue</i> .....	240
<i>Les huit genres</i> .....	240
<i>Conseils pratiques</i> .....	242
<i>A quoi sert la graphologie ?</i> .....	245
<i>La graphologie, une particularité française ?</i> .....	249
<i>Comment travaillent les graphologues ?</i> .....	250
<i>N'y a-t-il pas autant de graphologies que de graphologues ?</i> .....	253

**Comment décrypter une petite annonce ?**

**Que devient votre candidature ?  
Feux croisés sur le CV  
Paroles de DRH  
Embauche et Éthique**

**PARTIE 2 – Internet**

<i>Les entreprises et internet.....</i>	325
Le candidat et internet.....	329
<i>Le candidat et le marché de l'emploi sur le net.....</i>	329
<i>Quelle attitude adopter pour naviguer sur le net de l'emploi ?.....</i>	329
<i>Où et comment déposer votre CV ? .....</i>	330
<i>Votre CV sur le net.....</i>	335
<i>En conclusion .....</i>	340
Cadremploi.fr.....	340
<i>Portail d'entrée de Cadremploi.....</i>	341
<i>Un espace personnalisé (« Mon dossier/CV »).....</i>	342
<i>Une information complète pour les candidats .....</i>	342
<i>La présentation des professionnels du recrutement .....</i>	343
<i>Un espace réservé aux recruteurs.....</i>	343
Monster.fr.....	343
<i>Des outils au service du candidat.....</i>	344
<i>Portail d'entrée de Monster.fr.....</i>	345
<i>Des outils au service de l'entreprise .....</i>	346
<i>Une technologie de pointe au service de tous.....</i>	346
Cadres Online .....	347
<i>Portail d'entrée de Cadres Online.....</i>	348
<i>Aider le candidat à gérer sa recherche d'emploi.....</i>	348
<i>Fournir aux entreprises les outils qui améliorent     leurs recrutements.....</i>	349
<i>De l'information utile pour des recherches d'emploi plus efficaces.....</i>	350
L'Apec .....	351
<i>Portail d'entrée de l'Apec.....</i>	351
<i>Une mise à disposition d'outils appropriés .....</i>	352
<i>Un espace pour accéder à des services personnalisés.....</i>	352
Emailjob .....	353
<i>Portail d'entrée d'Emailjob .....</i>	354

Jobpilot .....	355
<i>Portail d'entrée de Jobpilot</i> .....	356
Sites de banques de CV .....	357
Quelques sites spécialisés .....	360
Presse .....	360
Les sites d'informations sur les sociétés.....	362
Les sites d'entreprises .....	362
Annuaire et portails.....	366

### PARTIE 3 – Les 5 CV étrangers

① <b>Le CV américain</b> .....	369
<i>État civil</i> .....	370
<i>Date</i> .....	371
<i>Vocabulaire</i> .....	372
<i>Orthographe</i> .....	372
Les règles de forme .....	374
<i>Présentation générale</i> .....	375
<i>Le papier</i> .....	375
<i>Le style</i> .....	378
Le contenu du CV .....	380
Les rubriques classiques du CV américain .....	383
<i>État civil (personal data)</i> .....	383
<i>Objectifs professionnels (career or job objective)</i> .....	384
<i>Formation initiale (education)</i> .....	385
<i>Expérience professionnelle (work experience)</i> .....	386
<i>Service national (military experience)</i> .....	387
<i>Community involvement</i> .....	388
<i>Special skills</i> .....	388
<i>Interests and activities</i> .....	389
<i>Divers (miscellaneous)</i> .....	389
<i>Références (references)</i> .....	389
La lettre d'accompagnement .....	390
Lettre de remerciements .....	390
Les règles de la lettre d'accompagnement.....	392

② <b>Le CV anglais</b> .....	397
La présentation du CV .....	397
Le contenu du CV .....	398
<i>État civil (personal details)</i> .....	399
<i>L'objectif professionnel (professional objective)</i> .....	399
<i>La formation initiale</i> .....	399
<i>La formation continue (training)</i> .....	400
<i>L'expérience professionnelle (work experience)</i> .....	400
<i>Les langues étrangères (foreign languages)</i> .....	401
<i>Divers (miscellaneous)</i> .....	402
<i>Les références (references)</i> .....	402
La lettre d'accompagnement .....	403
③ <b>Le CV allemand</b> .....	407
La forme du CV allemand .....	408
Le contenu du CV allemand .....	408
<i>État civil (persönliche angaben)</i> .....	409
<i>La formation scolaire (schulbildung)</i> .....	409
<i>La formation professionnelle ou complémentaire (berufsausbildung)</i> .....	410
<i>L'expérience professionnelle (berufserfahaung)</i> .....	410
<i>Les langues étrangères (sprachkenntnisse)</i> .....	411
<i>Divers (sonstiges)</i> .....	411
<i>Les références</i> .....	411
Les certificats de travail .....	412
La lettre d'accompagnement .....	412
④ <b>Le CV espagnol</b> .....	421
Le curriculum vitæ .....	421
<i>État civil (datos personales)</i> .....	421
<i>Formation (formacion)</i> .....	422
<i>Expérience professionnelle (experiencia profesional y prácticas)</i> .....	423
<i>Langues étrangères (idiomas)</i> .....	423
<i>Divers (otros datos)</i> .....	424
La lettre d'accompagnement .....	424
⑤ <b>Le CV italien</b> .....	429
Le contenu du CV .....	429
<i>État civil (dati personali)</i> .....	429
<i>Formation initiale (studi e formazione)</i> .....	430
<i>Formation complémentaire (formazione complementare)</i> .....	430

<i>Expérience professionnelle (esperienze professionali)</i> .....	430
<i>Divers ou autres informations (altre informazioni)</i> .....	431
La lettre d'accompagnement .....	431
<i>Exemple d'une lettre de candidature spontanée</i> .....	432
<b>Conclusion : Aborder l'entretien</b> .....	<b>437</b>
<i>Connaître la qualité de la personne qui va vous recevoir</i> .....	437
<i>Repérer la situation géographique de l'entreprise et comment s'y rendre</i> .....	438
<i>Faire le point sur l'entreprise que vous contactez</i> .....	438
<i>Préparez quelques questions</i> .....	439
<i>Faites un petit retour sur votre parcours</i> .....	440
<i>Préparez-vous psychologiquement</i> .....	440
<i>Observez</i> .....	441
<i>Quelques conseils pratiques</i> .....	441
Liste non-exhaustive des cabinets conseils en recrutement .....	445
<b>Le bêtisier</b> .....	<b>477</b>