

Journal de stage



Je m'appelle

Apprends ce qui te plaît !

Bienvenue dans ton voyage d'initiation au monde de l'hôtellerie et de la restauration ! Tu as fait le premier pas et ton excursion vers ton objectif professionnel sera passionnant.

Le plus important, c'est ta motivation et ton enthousiasme, sans oublier tes talents, bien sûr. Ce qui te distingue des autres entre maintenant en jeu. Découvre ce dont tu es capable et les nombreuses possibilités qui s'ouvrent à toi.

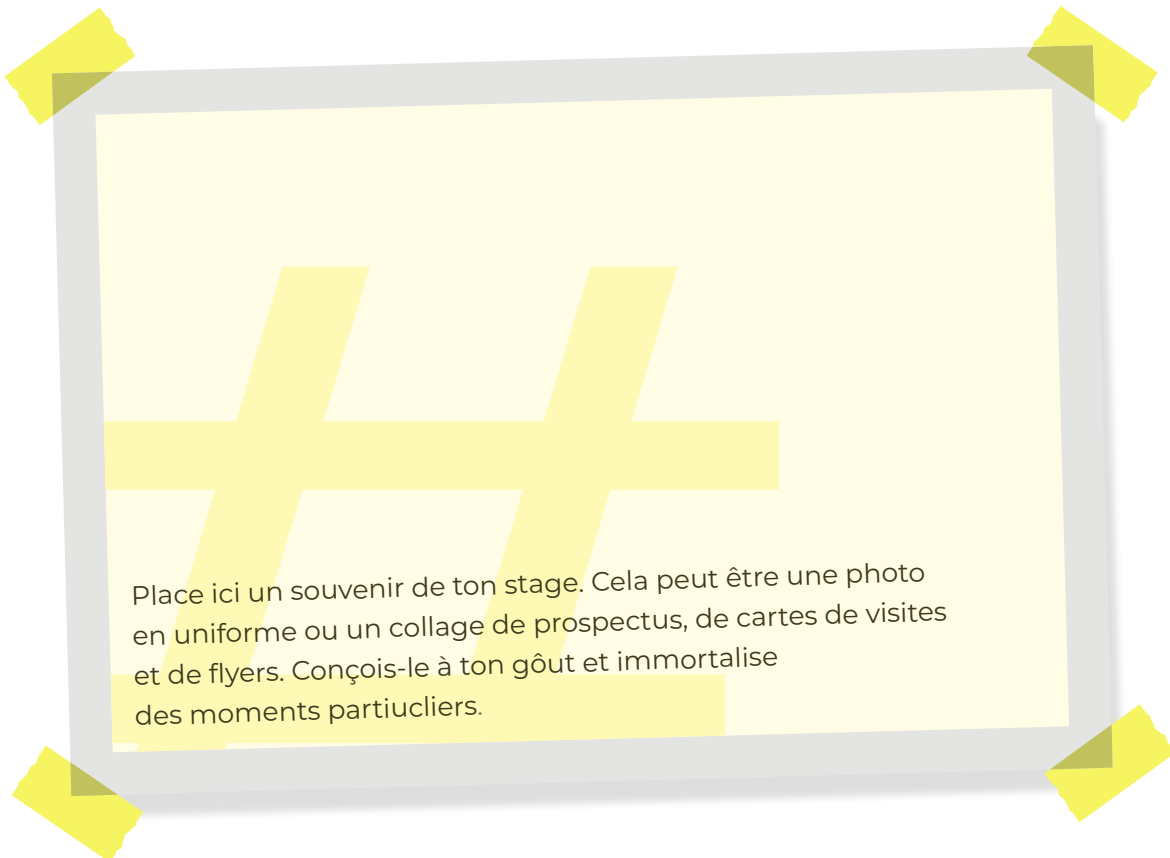
Le stage préprofessionnel te permet de te lancer, d'observer les autres à l'ouvrage et d'explorer la scène de l'hôtellerie et de la restauration. Tu découvriras ce qu'est le travail en équipe.

Le journal de stage te sert à noter tes expériences et tes impressions. Implicite-toi personnellement et montre ce dont tu es capable à tes responsables. Apprends ce qui te plaît ! Donne vie à ton journal de stage et ajoutes-y ta propre touche.

Nous te souhaitons un périple riche en découvertes !



Je suis. Je veux. Je peux.



Entreprise formatrice :

Nom/prénom de la ou du stagiaire :

Du/au :

Je fais un stage préprofessionnel de _____, j'ai _____ ans et je débute ma carrière dans l'hôtellerie et la restauration le _____ à/au _____

Je ne sais pas encore exactement à quoi ressemble le quotidien du métier, mais je pense avoir quelques qualités qui sont recherchées dans l'hôtellerie et la restauration, par exemple _____

Bien sûr, j'ai une idée de ce qui m'attend ces prochains jours. Cela peut être « excitant » ou « épuisant », « compliqué » ou « facile ». Peu importe ce qui me vient à l'esprit quand je pense à ces prochains jours, je le note tout de suite. Je trouve facilement au moins cinq adjectifs : _____

Entretien avec un membre de l'équipe

Demander ne coûte rien, et cela en vaut la peine. Interviewe un membre de ton équipe et obtiens le plus d'informations possible.

Prénom :

Nom de famille :

Fonction :

Depuis combien de temps travailles-tu ici ?

Qu'est-ce que tu aimes faire ?

Qu'est-ce que tu aimes le moins faire ?

Qu'est-ce qui te plaît chez la ou le chef-fe ?

Quel conseil peux-tu me donner ?



As-tu d'autres questions ? Écris-les ici :

•

•

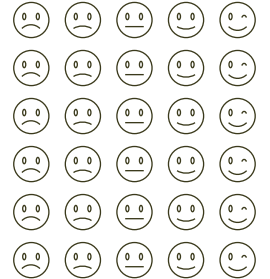
•

1^{er} jour

Réfléchis à ta journée et note tes expériences. Pense aux tâches qui t'ont été confiées aujourd'hui. Avec qui as-tu travaillé et qu'as-tu pu faire ? Quels moments t'ont particulièrement plu ? Y a-t-il aussi des choses que tu as moins aimé faire ? Note tes impressions personnelles de manière aussi détaillée que tu le souhaites.

Mes activités :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Qu'est-ce qui t'a le plus plu ?

Qu'est-ce qui ne t'a pas plu ?

Qu'est-ce qui t'a particulièrement marqué ?

Qu'est-ce qui t'a le plus posé problème ?

Comment est-ce que je m'évalue aujourd'hui ?

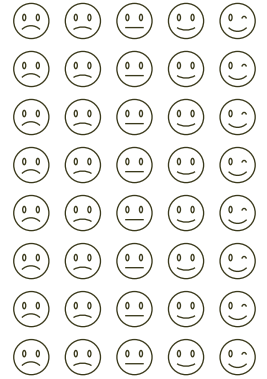


2^e jour

Réfléchis à ta journée et note tes expériences.

Mes activités :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Qu'est-ce qui t'a le plus plu ?

Qu'est-ce qui ne t'a pas plu ?

Qu'est-ce qui t'a particulièrement marqué ?

Qu'est-ce qui t'a le plus posé problème ?

Comment est-ce que je m'évalue aujourd'hui ?

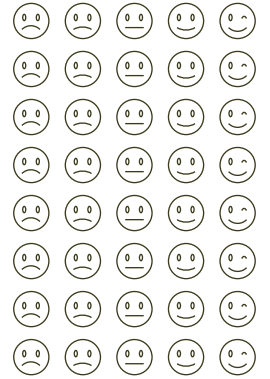


3^e jour

Réfléchis à ta journée et note tes expériences.

Mes activités :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Qu'est-ce qui t'a le plus plu ?

Qu'est-ce qui ne t'a pas plu ?

Qu'est-ce qui t'a particulièrement marqué ?

Qu'est-ce qui t'a le plus posé problème ?

Comment est-ce que je m'évalue aujourd'hui ?

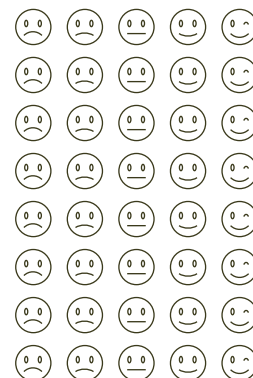


4^e jour

Réfléchis à ta journée et note tes expériences.

Mes activités :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Qu'est-ce qui t'a le plus plu ?

Qu'est-ce qui ne t'a pas plu ?

Qu'est-ce qui t'a particulièrement marqué ?

Qu'est-ce qui t'a le plus posé problème ?

Comment est-ce que je m'évalue aujourd'hui ?

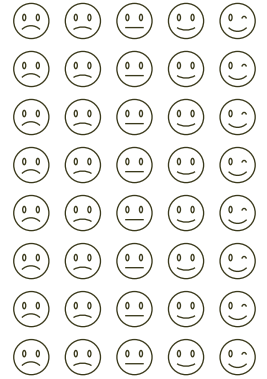


5^e jour

Réfléchis à ta journée et note tes expériences.

Mes activités :

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____



Qu'est-ce qui t'a le plus plu ?

Qu'est-ce qui ne t'a pas plu ?

Qu'est-ce qui t'a particulièrement marqué ?

Qu'est-ce qui t'a le plus posé problème ?

Comment est-ce que je m'évalue aujourd'hui ?



Feed-back

Tu as terminé ton stage préprofessionnel et ainsi acquis une expérience précieuse dans le monde de l'hôtellerie et de la restauration. Tu peux maintenant distribuer des étoiles ! Note ici ce que tu penses de ces derniers jours et ce que tu retiens de ton stage préprofessionnel.

Combien d'étoiles donnes-tu à l'entreprise ?

Justification :

Ambiance de travail



Équipe



Repas



Technique de travail



Poste de travail



Présentation/Popularité



J'ai pu obtenir un aperçu
du métier



À quelles tâches as-tu participé pendant ton stage ?

Qu'est-ce qui t'a le plus plu ?

Qu'est-ce qui t'a le moins plu ?

Quelles tâches t'ont semblé particulièrement faciles ?

Qu'est-ce qui t'a le plus posé problème ?

Trois mauvais côtés du métier et trois bons ...

Voici ce que je pense !

Le métier m'intéresse :

- Beaucoup
- Moyennement
- Pas du tout

Est-ce que je connais le domaine d'activité à la fin de mon stage préprofessionnel ?

- Oui
- Plus ou moins
- Pas assez

Mes aptitudes sont-elles recherchées dans ce métier ?

- Je suis doué-e
- Je ne suis pas particulièrement doué-e, mais
- Je me sens au mauvais endroit

Est-ce que je fais déjà partie de l'entreprise ?

- Je me suis senti-e à l'aise et accepté-e
- Le contact était difficile
- J'évoluais plutôt en solo

Est-ce mon futur domaine professionnel ?

- Oui, tout à fait
- Pourquoi pas
- Pas pour moi

OUI OU NON

Tu trouveras la place d'apprentissage qui te convient sur metiershotelresto.ch ou dans l'établissement où tu as fait ton stage.



En savoir plus:
metiershotelresto.ch

**METIERS
HOTEL RESTO**

HotellerieSuisse | Monbijoustrasse 130 | Case postale | 3001 Berne
GastroSuisse | Blumenfeldstrasse 20 | 8046 Zurich