



# Les 10 règles de la CANDIDATURE INTERNET

Par **SYNTEC CONSEIL EN RECRUTEMENT**  
Syndicat Professionnel  
des Cabinets de Recrutement



**SYNTEC Conseil  
en Recrutement**

En partenariat  
avec

**RegionsJob.com**

# Créer son CV Internet

Quelques astuces pour que votre CV soit bien transmis et repéré.



## **1 RESPECTER** LES CONTRAINTES TECHNIQUES

- Rédigez votre CV sous Word. En effet, les autres formats (html, image, etc) rendent difficile l'accès à votre CV par mots clés.
- Sous d'autres formats que Word, votre CV peut effectivement être bloqué par les pare-feux de vos destinataires et non accepté par les logiciels de traitement des candidatures.



## **2 RÉDIGER** DES MOTS CLÉS

- Le style littéraire n'est plus de mise sur Internet : la rédaction doit être très factuelle et sobre.
- Posez-vous la question «par quel mots-clés le recruteur va-t-il chercher les profils dont il a besoin ?», puis rédigez votre CV.
- N'oubliez pas de mettre des mots-clés génériques pour décrire vos expériences et vos compétences.



## **3 CONFIDENTIALITÉ**

- Evitez d'indiquer une adresse e-mail professionnelle, un recruteur hésitera à vous contacter par ce moyen par souci de confidentialité.
- Dans le cas d'une adresse personnelle, pensez à la consulter régulièrement.

# Recevoir des Offres

Quelques règles pour recevoir les offres qui vous concernent.



## 4 CRÉER DES ALERTES

- En quelques minutes vous pouvez programmer des alertes qui vous permettront de recevoir des offres correspondant à votre profil suivant vos mots clés.
- Pensez aux jobboards (sites d'emploi) généralistes ou spécialisés et aux sites des cabinets de recrutement accessibles depuis le portail [www.syntec-recrutement.org](http://www.syntec-recrutement.org)
- Soyez sélectifs dans vos critères pour éviter d'être envahis de mails.



## 5 DÉPOSEZ VOTRE CV DANS DES BASES DE DONNÉES

- Pour une démarche plus active, déposez votre CV dans les bases des entreprises, des cabinets et des Jobboards. Ne négligez pas de remplir les formulaires préalables à l'attachement de votre CV car vous facilitez le travail de traitement.
- Il est important de réactualiser tous les 3 mois la date de dépôt de votre CV tant que vous êtes en écoute active du marché.
- Une date de dépôt ancienne peut dissuader le recruteur de prendre contact avec vous.



# Consulter les Offres

Débusquez les opportunités qui vous correspondent.



## 6 SUR QUELS SITES TROUVER LES OFFRES

**Il existe 5 sources principales d'offres d'emplois sur Internet**

- Les sites d'emplois (jobboards), généralistes ou spécialisés, nationaux ou régionaux, exemple : [www.regionsjob.com](http://www.regionsjob.com)
- Les sites d'entreprises.
- Les sites de cabinets.
- Les sites d'associations professionnelles, exemple : [www.syntec-recrutement.org](http://www.syntec-recrutement.org)
- Les rubriques emplois des grands portails.

**A vous de tester ces sites et d'en évaluer la pertinence en ce qui concerne votre recherche. Rien ne vaut l'expérimentation par soi-même.**



## 7 COMMENT ACCEDER AUX OFFRES

- Il est judicieux de ne négliger aucune de ces sources car les offres qui figurent sur l'ensemble de ces sites ne se recoupent pas forcément.
- Les offres sont accessibles par des critères : rubriques ou mots clés.
- Ces critères qui combinent secteur d'activité, métier, zone géographique voire expertise vous permettent de parvenir aux offres les plus en adéquation avec votre recherche.
- Si le résultat de vos recherches est trop large, il est nécessaire d'affiner vos critères.
- Si le résultat de vos recherches est trop étroit, n'hésitez pas à utiliser des mots clés synonymes.
- Afin de bénéficier des nouvelles offres diffusées, n'hésitez pas à effectuer une recherche chaque semaine.

# Adresser sa Candidature

Facilitez le travail de lecture et d'exploitation de votre CV.



## 8 LE MAIL D'ACCOMPAGNEMENT

- Il est concis et personnalisé.
- Il doit refléter votre motivation.
- Il mentionne la référence du poste en objet si vous répondez à une offre.



## 9 LA CANDIDATURE SPONTANEE

- Privilégiez systématiquement le dépôt direct dans la base de données candidats si le site le propose.
- Soyez explicite sur les fonctions auxquelles vous aspirez.
- Ne mettez jamais en clair la liste de tous vos destinataires.



## 10 GERER VOTRE RECHERCHE

- Conservez l'historique de vos envois pour être prêt lorsque vous serez contactés.
- Soyez respectueux de vos interlocuteurs : relevez régulièrement vos mails, rappelez systématiquement même si vous n'êtes plus intéressés.
- Une image se construit sur la durée : soyez rigoureux et professionnel.

# Les Questions Fréquentes

## Faut-il relancer après l'envoi d'une candidature ?

Non, sauf si vous n'avez pas reçu d'accusé de réception.

## Est-il efficace d'adresser un courrier en parallèle du mail ?

Non, cela ne sert à rien d'autant que le traitement des courriers est devenu une charge pesante pour les recruteurs.

## Faut-il aménager son CV en fonction de l'offre ?

Si vous pensez que l'adéquation de votre CV aux critères requis n'est pas évidente dans une lecture rapide, faites-le ; sinon personnalisez votre lettre de motivation.

## Est-il pertinent d'envoyer à nouveau son CV si l'offre reparaît ?

Oui, si l'offre reparaît, il est probable que les exigences aient évolué.

## L'offre en ligne est ancienne (plusieurs semaines), est-il encore temps de répondre ?

Oui, car une mission de recrutement peut prendre plusieurs semaines, une candidature reçue tardivement peut donc encore être intégrée à la sélection.

## Quel est l'intérêt pour un candidat d'aller sur le site du Syntec ?

Le Syntec regroupe 140 cabinets de recrutement, présents sur tout le territoire et à l'international. Aller sur le site du Syntec permet dès lors d'accéder à l'ensemble de leurs offres actualisées. En outre, la charte déontologique de Syntec Conseil en Recrutement garantit aux candidats la confidentialité dans les contacts et les échanges établis avec les adhérents et leurs clients.

# Qui Sommes-nous ?

## Syntec Conseil en Recrutement

■ ■ Respectant une charte déontologique stricte, et engagés dans les actions en faveur de la diversité, les 140 adhérents de Syntec Conseil en Recrutement vous accompagnent dans la gestion de votre carrière en vous apportant leur éclairage tout au long de votre vie professionnelle. Ils favorisent ainsi la prise en main de votre trajectoire personnelle et vous permettent de conserver l'initiative de votre évolution professionnelle. Consultez la liste des cabinets membres de Syntec-Recrutement sur [www.syntec-recrutement.org](http://www.syntec-recrutement.org) rubrique "nos adhérents". ■ ■

## Regionsjob.com

■ ■ Regionsjob.com, est un réseau de 6 sites de recherche d'emploi, n°1 en région. Fondés sur un principe simple, les sites EstJob, NordJob, OuestJob, PacaJob, RhoneAlpesJob et SudOuestJob facilitent les démarches aux entreprises et aux candidats en jouant la carte de la proximité. Partenaire de Syntec-Recrutement, RegionsJob.com est un outil de référence pour les candidats et les professionnels du recrutement. Retrouvez les sites du réseau RegionsJob.com et leurs offres d'emploi sur [www.regionsjob.com](http://www.regionsjob.com) ■ ■



**SYNTEC Conseil  
en Recrutement**

**RegionsJob.com**