

L'ATRIUM



**Le guide qui t'aidera
à mieux tirer profit
du Forum Trium**

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Le Forum Trium : une journée faite pour décrocher ton stage

1

Le Forum Trium est un des plus grands forums étudiants-entreprises en France, coorganisé par quatre écoles :



Le Forum Trium, c'est ...

+ 180 entreprises

3000 étudiants

Des conférences

Des tables rondes et repas entretiens

Un espace Coaching

Un forum virtuel

Le 4 novembre 2026
au Parc Floral de
Paris



Photo : MédiaMines



25 & 26 Novembre
2026 sur Seekube

Quelques entreprises
présentes...

Framatome L'Oréal
Air France Marine Nationale
Framatome Amazon
EY LVMH
Vinci Sysnav

Tu veux continuer ta
formation ?

De nombreuses écoles comme
l'ESSEC ou Berkeley ont un
stand, en plus, bien sûr, des
écoles organisatrices

Les entreprises présentes sont des grands groupes français et internationaux, mais aussi beaucoup de PME et de start-ups de nombreux secteurs :

- Audit / Conseil
- Banque / Finance / Assurance,
- Construction,
- Énergie / Environnement,
- Industrie,
- Informatique / Télécommunication
- Transport / Logistique
- Organismes Publics

Pour bien débuter ta recherche de stage, il te faut tout d'abord un CV!

FICHE 2 → Le CV



Parce que le CV est un art plus subtile qu'on le croit !

2

Que tu écrives ton premier CV, ou que tu veuilles simplement te remettre les idées au clair, cette fiche est faite pour toi!

Déjà, à quoi sert le CV ? Il sert à la fois à **donner envie** de te proposer un entretien, mais c'est aussi le principal **support** du recruteur qui souhaite te poser des questions.

C'est pourquoi **le fond est aussi important que la forme** ! Dis toi qu lors de la première lecture, un recruteur passe moins de 10 secondes sur ton CV ! Il faut donc porter une attention particulière à la **lisibilité**, et aux **mots clés** mis en valeur.

Passons en revue chaque rubrique :

- **Photo** : pas obligatoire, mais toujours professionnelle
- **Résumé** : donne envie de lire la suite, décrit le poste recherché, tes atouts et motivations, et tes disponibilités.
- **Formation** : n'oublie pas mentions et classements si favorables
- **Expérience professionnelle** : contextualise (où, avec qui, pourquoi?), décrit sans vocabulaire technique (quoi, comment?)
- **Compétence** : mots-clés techniques, sectoriels et transverses
- **Extra-professionnel** : associatif, passions, jobs étudiants...

Enfin, voici une petite checklist pour éviter des erreurs facilement:

- ☐ Pas plus de **deux couleurs**
- ☐ Rubriques bien **distinctes**
- ☐ Mots clés en **gras**
- ☐ Aucune **faute d'orthographe**
- ☐ **Alignement** identique sur tout le CV
- ☐ Deux types de **puces** maximum
- ☐ Même **structure grammaticale**
- ☐ Une seule **police**
- ☐ Pas de **jargon** ou **terme trop spécifique**
- ☐ Pas **d'abréviations**
- ☐ CV au format **PDF**

Concernant tes compétences et tes centres d'intérêt, évite les banalités

Prénom Nom
Coordonnées

Photo

Résumé

Formation

Nom de l'organisme, lieu, dates

Expérience professionnelle

Nom de l'organisme /
entreprise, lieu, dates

Compétences

Activités extra
professionnelles

Aujourd'hui, beaucoup de recrutements se font en partie via LinkedIn, donc travailler un peu son profil est assez utile !

FICHE 3 → TON LINKEDIN

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube

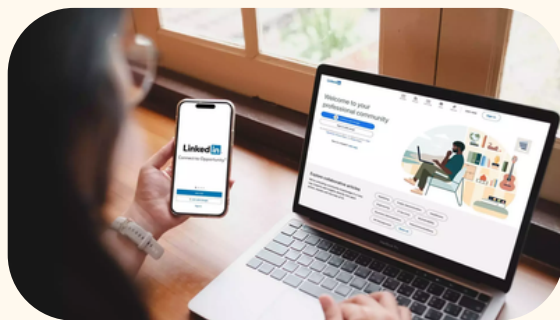


Un point-clé pour la prise de contact : ton LinkedIn

3

Tu ne sais pas comment conserver le contact d'une personne simplement ? Il suffit de lui demander à la fin de ton entretien son profil linkedin. C'est une façon très simple pour garder contact !

Développer son profil LinkedIn peut être une tâche longue et fastidieuse mais cela permettra à tes contacts d'avoir une meilleure visibilité sur ton parcours et c'est une autre manière de se mettre en avant, en plus du CV.



Afin d'avoir un profil LinkedIn adapté au Forum Trium, la première étape est d'avoir une photo pro. Le plus simple est d'utiliser une photo de début d'année voire une photo pro proposée par ton école.

Une fois cette étape faite, voici une liste des points qui doivent être à jour sur ton profil :

- **Ta formation** : le minimum est bien sûr d'indiquer ton école. Tu peux aussi mettre tes formations précédentes, jusqu'au lycée. Cela te permettra ainsi d'avoir accès aux réseaux de tes établissements précédents!
- **Ton expérience** : on ne va pas se mentir, en début de première/deuxième année il n'y a pas souvent grand-chose à dire. N'hésite cependant pas à mettre le moindre stage/ projet que tu aurais pu faire, c'est toujours intéressant.
- **Ton réseau** : afin d'avoir un profil cohérent, tu peux ajouter les membres de ta famille puis l'ensemble de tes connaissances. Au fur et à mesure de l'année, l'ensemble des personnes de ton école vont t'ajouter et vice-versa, n'hésite pas à le faire et à accepter ces demandes pour plus tard!
- **Ton projet** : dans ta bio, un recruteur doit clairement comprendre si tu recherches une opportunité, dans quel domaine, et quelles sont tes motivations et tes curiosités.

Si tu recherches une opportunité à l'étranger, n'hésite pas à créer ou ajouter un profil en anglais (en plus de ton profil en français) à ton compte.

Avant d'arriver au Forum, il te reste quelques petits points à préparer pour ne rien perdre de ta journée !

FICHE 4 → PRÉPARER TA VENUE

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



La journée du Forum, elle aussi, elle se prépare!

4

Pour éviter les mauvaises surprises, et maximiser ton expérience au Forum, tu peux t'y prendre à l'avance!

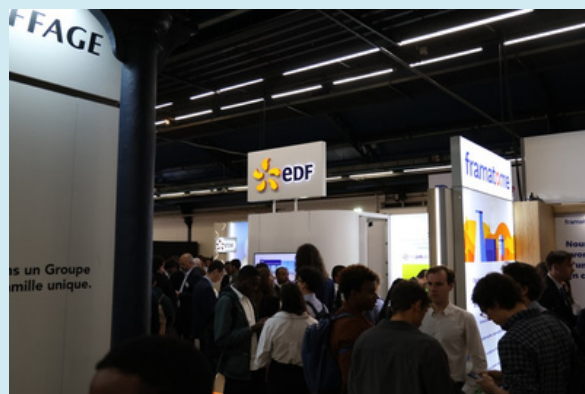
Pour donner ton CV à une entreprise, rien ne sert de l'imprimer. Grâce à notre partenariat avec InMind, il te suffit d'ajouter ton CV sur leur plateforme, puis de le partager aux entreprises via un QR Code! Le lien vers la plateforme te sera communiqué prochainement.



Quelques conseils :

- Prépare une tenue pro, sans en faire trop,
- Liste les entreprises, écoles et conférences qui t'intéressent, et fais quelques recherches sur celles-ci,
- Prépare des questions à poser aux différents intervenants.

Tu remarqueras que les stands sont regroupés par leur secteur d'activité principal



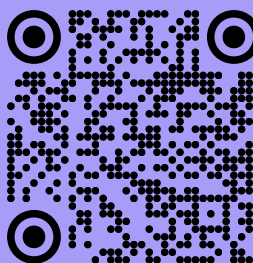
Pense à jeter un oeil au plan du Forum !

N'oublie pas de t'inscrire à l'espace Coaching, à une Table Ronde ou un Repas Entretien. Et pas de ne paniquer si tu ne sais pas encore ce que c'est, des fiches sont faites pour cela !

TIPS

Pour accéder aux informations pratiques de la journée et ne rien louper !

Fais attention à être présent à l'horaire des conférences qui t'intéressent.



Repérer des Alumnis au sein des entreprises qui t'intéressent peut être une bonne idée !

Mais bien sûr, tout ne se prépare pas : rien ne vaut un bon tour du Forum pour t'intéresser à des entreprises que peut-être tu ne connaissais même pas ! En particulier, les entreprises du Carré Engagé sont parfois méconnues, et sont pourtant très intéressantes !

Tu aimerais un avis professionnel sur ton CV ou des conseils personnalisés pour la stressante étape de l'entretien d'embauche?

FICHE 5 → L'ESPACE COACHING

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Parce qu'avant de candidater, il faut se préparer : l'espace Coaching

5

Il n'est jamais facile de préparer ses candidatures, surtout si tu ne l'as jamais fait avant ! L'espace Coaching est fait pour t'y aider.

Où ?

Hall principal du Parc Floral

Quand ?

De 9h à 16h

Quoi ?

Simulations d'entretiens et relectures de CV

Une dizaine de professionnels du recrutement sont prêts à te conseiller



Photo : GL Events

Les entretiens sont réalisés dans des boîtes individuelles

L'espace Coaching vous permet d'obtenir un entretien individuel avec un professionnel du recrutement pour réaliser soit :

- Une relecture de ton CV
- Une simulation d'entretien

Certains de nos intervenants sont des spécialistes dans leur domaine. En particulier, plusieurs des intervenants sont spécialisés dans les entretiens en conseil ou en finance.

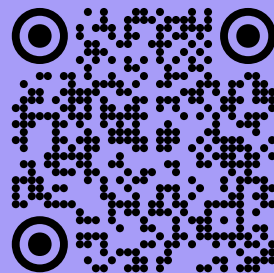
Il est aussi possible de réaliser la simulation d'entretien en anglais !

Les intervenants sont aussi là pour te conseiller sur ton projet pro, sur la façon de réseauter... N'hésite pas !

S'INSCRIRE

Scanne le QR code ci-contre pour réserver un créneau.

Tu peux aussi te présenter spontanément à l'espace coaching, mais tu ne seras pas prioritaire!



Parfois, il n'est non plus évident de se présenter à une entreprise pour faire bonne impression...

FICHE 6 → LE PITCH

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Un point-clé de ta visite : ton “pitch” aux entreprises

6

Tu es en 1A et tu ne sais pas trop comment t’y prendre avec les entreprises, alors cette page est faite pour toi ! Si tu es en 2A/Césure ou 3A, cela permettra de consolider les bases d’un dialogue constructif et bien réussi !

Nous n’allons pas te mentir, c’est l’étape-clé du forum. Parler à des entreprises te permet d’en savoir plus sur le rôle de l’ingénieur au sein de celles-ci et de connaître le parcours des intervenants. Tu peux aussi récupérer de précieux contacts pour tes futurs stages !



Le conseil majeur : avoir un speech tout fait dans sa tête du type : “Bonjour, je suis actuellement étudiant·e aux Mines/Ponts, à l’ENSTA/ENSAE et je serais très intéressé·e de découvrir votre entreprise.” Un fois cette étape faite, si l’interlocuteur n’est pas des RH tu peux enchaîner sur “Merci beaucoup pour cette présentation, est-il possible d’en savoir plus concernant votre parcours ?”

L’idée est ensuite de continuer naturellement la discussion. Pour t’aider, voici des **questions classiques** que tu peux poser :

- Pourquoi avez-vous choisi ce métier / ce secteur ?
- Qu’est-ce qui vous plaît dans votre métier / entreprise ?

Dans l’hypothèse où tu souhaites candidater, intéresse-toi à la procédure pour le faire, car selon les secteurs et les entreprises, les modalités sont parfois particulières

Enfin, en partant, il ne faut surtout pas oublier d’**échanger vos contacts**, d’où l’intérêt d’avoir un **LinkedIn à jour**. Tu peux aussi **déposer ton CV via la plateforme InMind** ou leur envoyer par mail directement.

Pour prendre contact avec les entreprises, voici ton guide pour bien parcourir les allées du Forum!

FICHE 7 → Parcourir le Forum

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Une fois dans les allées du parc Floral...

7

Ici, toutes les informations pour t'aider à parcourir le Forum et ne rien manquer de la journée !

Les entreprises sont regroupées par secteur d'activité principal, ce qui te permet de mieux t'y retrouver dans le Forum.

Une salle de conférence est ouverte à tous : à toi de bien checker les horaires des conférences. Un espace coaching te permet de peaufiner ton CV / entretien.

Également, un espace détente est prévu à proximité de la salle de conférence, et des fontaines à eau sont disponibles partout dans le hall principal

Pense à bien avoir sur toi le QR Code permettant l'accès à ton CV déposé sur le site d'InMind : il s'agit du moyen privilégié par les entreprises pour récupérer des CV.



Aussi, un Carré Engagé réunit des entreprises aux engagements sociaux et environnementaux forts. N'hésite pas à y faire un tour !

En cas de question sur place, fais un tour à l'accueil!

Le Forum est organisé par secteurs, mais certaines entreprises pourraient figurer dans plusieurs...



Photo : GL Events

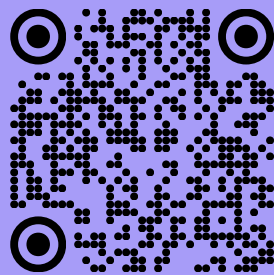
Pense à mettre ton CV sur InMind car toutes les entreprises s'en servent !

N'oublie pas de bien checker les horaires des différents événements de la journée !

Le Plan

Accède ici au plan du Forum !

Certaines entreprises s'engagent à ne pas apporter de goodies ! Celles-ci sont labellisées "Zéro Goodies" sur le plan !



Au forum, il y a d'autres façons de découvrir des entreprises qu'une simple visite au stand, et il est temps de les découvrir :
FICHE 8 → TABLES RONDES / REPAS ENTRETIENS

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Les tables rondes et repas entretien, des échanges privilégiés

8

Parce qu'il peut être parfois difficile de se renseigner en profondeur sur l'activité d'une entreprise par une simple visite sur stand, les tables rondes et repas entretien sont là pour toi !

Où ?

Hall principal du Parc Floral

Quand ?

Dans la matinée. Voir le programme

Quoi ?

45 min de discussion à table avec une entreprise

C'est l'occasion de mettre en valeur ton profil, mais aussi de faire parler ta curiosité !



Photo : GL Events

En participant à ces TR et RE, tu augmentes tes chances de retenir l'attention des recruteurs !

Les tables rondes (TR) et les repas entretiens (RE) réunissent pendant 45 min dix étudiants et deux intervenants issus d'une même entreprise. Ils te permettent un échange personnalisé et privilégié avec une firme, et favorisent la prise de contact.

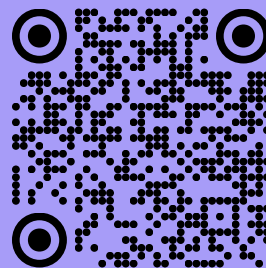
Ces entreprises sont présentes à des fins de recrutement, et c'est donc l'occasion rêvée de mettre en valeur ton profil en te montrant intéressé·e et en profitant de ce temps pour te faire des contacts.

Mais quelle est la différence entre une TR et un RE ? Le RE est accompagné d'un repas, et l'entreprise choisit les étudiants sur CV, ce qui n'est pas le cas pour une TR. De ton côté, plus qu'à t'inscrire et nous te recontacterons !

S'INSCRIRE

Scanne ce QR code pour t'inscrire à une table ronde ou à un repas entretien.

Attention ! Cette inscription est engageante



La table ronde et le repas entretiens ne sont pas seuls à permettre de mieux découvrir une entreprise, la conférence aussi !

FICHE 9 → LES CONFÉRENCES

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Les conférences, une occasion d'en découvrir plus

9

Parce qu'il peut être parfois difficile d'appréhender plus en profondeur l'activité d'une entreprise par une simple visite sur stand, les conférences sont là pour toi !

Où ?

Hall principal du Parc Floral

Quand ?

Toute la journée. Voir le programme

Quoi ?

Quatre conférences, une conférence d'honneur

Une conférence dure 45 minutes, puis 15 minutes sont consacrées à des questions



Photo : GL Events

Des thématiques variées : environnement, IA, énergie, finance...

Au sein d'un espace dédié au sein du hall principal, plusieurs conférences sur des thématiques variées ont lieu au cours de la journée. Une entreprise vient présenter un point précis de son activité pour te permettre d'en apprendre davantage que lors d'un simple passage à son stand.

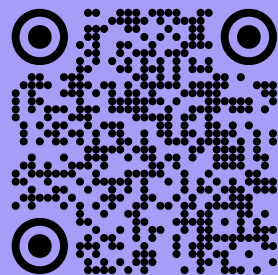
Chaque année, des invités de marque comme des CEO d'entreprise ou de grands scientifiques sont présents à l'occasion de conférences. Par exemple, Cédric Villani a tenu une conférence en 2025 !

Enfin, la journée se termine par une conférence d'honneur, et mon petit doigt me dit qu'elle est suivie d'un cocktail ! Alors viens faire un tour à l'espace conférence !

CETTE ANNÉE ?

Scanne ce QR code pour accéder au programme des conférences.

Jettes-y un coup d'oeil pour anticiper ta journée !



La journée s'achève, tu as plein de contacts, mais pas encore de stage en poche... Il te reste quelques petits efforts !

FICHE 10 → APRÈS LE FORUM

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



La lettre de motivation : une façon de renforcer votre candidature

7

Complémentaire au CV, elle permet de vous exprimer de façon beaucoup moins impersonnelle que dans ce dernier.

Les points clés de cette lettre :

- Comme dans une lettre classique, il faut indiquer en haut à gauche tes coordonnées. Tu peux ensuite mettre celles de l'entreprise en dessous à droite,
- Tu dois ensuite indiquer l'objet de ta lettre : par ex « Candidature pour un stage ouvrier/ingénieur pour une durée de x mois du ... au ... »,
- La structure à suivre : Pourquoi ce stage ? Pourquoi cette entreprise et pourquoi moi plutôt que quelqu'un d'autre ?
- Tu peux ensuite conclure en utilisant une formule de politesse classique du type : « Je reste à votre disposition afin de pouvoir en discuter et je vous prie d'agréer, Madame/Monsieur, l'expression de mes sincères salutations distinguées. » suivi de ta signature.

À noter :

- Elle **n'est pas toujours obligatoire** (on observe une baisse depuis quelques années des demandes),
- Essaie d'avoir un **template facilement adaptable** pour ne pas perdre trop de temps,
- Utilise des **exemples de ton expérience** !

Prénom NOM
Coordonnées
(adresse, mail,
téléphone)

Personne
Entreprise/Organisme
Adresse
Date d'écriture

Objet de la lettre

Présentation personnelle + motivations
du secteur

Avantages à aller dans cette entreprise/
ce secteur.

Pourquoi ton profil est le bon ?

Formule de politesse

Signature

La nouvelle tendance : Les messages box !

Ces messages permettent d'être plus concis dans ta description et d'aller plus directement droit au but. Ils prennent moins de temps à rédiger qu'une lettre de motivation.

Ce format se rapproche beaucoup d'un mail dans l'idée, il est donc moins formel et prend la même structure que la lettre pour les arguments.

Parcourir le forum, c'est bien mais quoi de mieux que de participer à des rencontres avec les entreprises en petit comité !

FICHE 11 → LE FORUM VIRTUEL

L'ATRIUM

1 Le Forum Trium

2 Le CV

3 Ton LinkedIn

4 Préparer ta venue

5 L'espace Coaching

6 Le pitch

7 Parcourir le Forum

8 Tables rondes et repas entretiens

9 Les conférences

10 Après le Forum

11 Le Forum virtuel

12 Ton profil Seekube



Le Forum continue depuis chez toi !

11

POURQUOI Y ALLER ?

- Participer à des entretiens individuels avec des entreprises,
- Découvrir d'autres offres personnalisées pour toi,
- Échanger depuis chez toi !

Le Forum en virtuel, c'est ...

Des stands virtuels pour les entreprises...

Avec toutes leurs informations

Des offres de stages ou d'emplois en ligne

Des entretiens 1-1

Des tables rondes virtuelles

Des webinaires

Le Forum virtuel des 25 et 26 novembre, ce n'est pas "juste la suite en ligne" du Forum en présentiel.

C'est une deuxième chance pour repérer des opportunités et parler aux bons recruteurs.

L'ouverture des inscriptions sur la plateforme Seekube débute le 10 novembre.

Voici la plateforme Seekube



Vos événements



25 nov. - 26 nov.

RDV Automatique

Forum Trium 2026

25 novembre - 26 novembre

Accès aux candidats le 17 nov

Photo : Capture d'écran

Le bon réflexe : inscris-toi dès l'ouverture. Plus tôt ton profil est prêt, plus tôt tu peux organiser ta stratégie de rencontres.

FICHE 12 → TON PROFIL SEEKUBE



Comment créer un bon profil sur Seekube ?

12

L'inscription est simple. Ce qui fait la différence ensuite, c'est la qualité du profil : il doit dire rapidement qui tu es, ce que tu cherches et quand tu es disponible.

À mettre absolument :

- Ton école et ton année
- Ce que tu recherches
- Tes dates de disponibilité
- Quelques compétences ou mots-clés
- Un CV propre et lisible
- Un LinkedIn mis à jour

Cf fiche 2 pour ton CV

Cf fiche 3 pour ton LinkedIn

Pourquoi c'est important ? :

Parce que les recruteurs scannent vite les profils !
S'ils comprennent immédiatement ton objectif, tu augmentes tes chances d'être contacté·e et de rendre les entretiens pertinents autant pour toi que pour le recruteur ...

1. Je m'inscris

À partir du 10 novembre, je crée mon compte et je vérifie mes informations de base

2. Je complète

Formation, année, expériences, compétences, disponibilités et mobilité ...
Je renseigne tout ce qui aide un recruteur à me situer.

3. J'ajoute mon CV

Un CV en PDF relu, à jour, et cohérent avec ton profil !



Seekube

4 NOVEMBRE

AU PARC FLORAL DE PARIS

25/26 NOVEMBRE

SUR SEEKUBE

