

UNE SEMAINE, UN MÉTIER

MANUTENTIONNAIRE

Un maillon essentiel
dans la chaîne logistique !



DÉPLACER
les marchandises
en toute sécurité



SÉCURISER
les produits et
les espaces



ORGANISER
le stockage et
les flux



SOUTENIR
l'équipe et la
performance



OÙ TRAVAILLE-T-IL / ELLE ?



Entrepôts logistiques
et plateformes



Industries



Grande distribution



Transports et messagerie



BTP / Construction



Agroalimentaire



Collectivités et services



SES MISSIONS

- ✓ Réceptionner et contrôler les marchandises
- ✓ Déplacer et stocker les produits
- ✓ Préparer les commandes
- ✓ Charger et décharger les véhicules
- ✓ Respecter les consignes de sécurité
- ✓ Maintenir la propreté et l'ordre des zones de travail
- ✓ Utiliser les équipements de manutention
- ✓ Travailler en équipe pour assurer les délais



QUALITÉS RECHERCHÉES

- ✓ Rigueur et fiabilité
- ✓ Sens de l'organisation
- ✓ Résistance physique
- ✓ Réactivité
- ✓ Esprit d'équipe
- ✓ Vigilance et sécurité
- ✓ Ponctualité



FORMATION

- Aucun diplôme obligatoire pour commencer
- CAP / BEP / Bac Pro Logistique, Transport, Magasinage (un plus)
- CACES (1, 3, 5...) apprécié selon les postes
- La formation interne est fréquente



LE SAVIEZ-VOUS ?

Sans manutentionnaire, les marchandises ne circuleraient pas ! Vous jouez un rôle clé dans la livraison des produits au bon endroit, au bon moment.



CONDITIONS DE TRAVAIL



Horaires variables :
journée, 2x8,
3x8, nuit,
week-ends et
jours fériés



Station debout
prolongée



Environnement
parfois chaud,
froid ou
bruyant



Port de charges
variable selon
les postes



Équipements
de protection
individuelle
fournis



COMPÉTENCES CLÉS



Préparation
des commandes



Respect des
consignes de
sécurité



Conduite d'engins
de manutention
(si habilité)



Travail
en équipe



Gestion des
stocks et des
flux



Manutentionnaire



Agent logistique



Cariste / Préparateur
de commandes



Chef d'équipe
logistique



Responsable
logistique



Sécurité, organisation et esprit d'équipe : des qualités qui font avancer tout le monde !





NOM PRÉNOM

☎ 06 00 00 00 00 | ✉ prenom.nom@email.com | 📍 Ville, Code postal

MANUTENTIONNAIRE



PROFIL

Personne sérieuse, dynamique et organisée, capable de travailler en équipe tout en respectant les consignes de sécurité et les délais.



FORMATION

Diplôme ou formation

Année :

Établissement – Ville



EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

Manutentionnaire

Année :

Entreprise – Ville

- Charger et décharger les marchandises
- Déplacer et stocker les produits
- Respecter les consignes de sécurité

Poste occupé

Année :

Entreprise – Ville

- Mission principale
- Mission principale
- Mission principale



COMPÉTENCES

- ✓ Préparation des marchandises
- ✓ Respect des consignes de sécurité
- ✓ Travail en équipe



CENTRES D'INTÉRÊT

-
-



Nom Prénom

Adresse

Code postal – Ville

Téléphone

Adresse e-mail

Nom de la structure

À l'attention de Madame / Monsieur

Adresse

Code postal – Ville

Lieu, le

Objet : Candidature au poste de manutentionnaire

Madame, Monsieur,

Souhaitant mettre mon dynamisme et mon sérieux au service de votre entreprise, je vous adresse ma candidature pour un poste de manutentionnaire.

Motivé, rigoureux et réactif, j'apprécie particulièrement les missions nécessitant de l'organisation, de l'endurance et le respect des consignes. Habitué à travailler dans un environnement où la sécurité et l'efficacité sont essentielles, je veille à accomplir les tâches qui me sont confiées avec soin et professionnalisme.

Ponctuel et doté d'un bon esprit d'équipe, je sais m'adapter aux différentes situations et faire preuve de polyvalence. Mon sens des responsabilités, ma capacité à suivre les procédures et mon implication dans le travail constituent des qualités que je souhaite mettre au service de votre structure.

Je serais heureux de pouvoir vous rencontrer afin d'échanger plus en détail sur ma motivation et les compétences que je pourrais apporter à votre entreprise.

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations distinguées.

Signature

Se préparer sereinement à son entretien

Les questions les plus fréquentes

Pourquoi souhaitez-vous obtenir ce premier emploi ?

Mettez en avant votre envie d'apprendre, de découvrir le monde professionnel et d'acquérir une première expérience.

Quelles sont vos principales qualités ?

Motivation, ponctualité, sérieux, curiosité et envie de bien faire.

Comment réagissez-vous face à une nouvelle tâche ?

Expliquez que vous écoutez attentivement les consignes, posez des questions si nécessaire et faites de votre mieux pour apprendre rapidement.

Pourquoi devrions-nous vous choisir malgré votre manque d'expérience ?

Soulignez votre motivation, votre capacité d'adaptation et votre volonté de vous investir pleinement.

Quelques conseils

- ✓ Arrivez 10 à 15 minutes en avance.
- ✓ Prévoyez une tenue soignée et adaptée.
- ✓ Regardez votre interlocuteur dans les yeux.
- ✓ N'ayez pas peur de dire que c'est votre premier entretien.
- ✓ Montrez votre motivation et votre envie d'apprendre.

Un dernier mot

Vous n'avez pas besoin d'avoir déjà de l'expérience pour convaincre. La motivation, le sérieux et l'envie d'apprendre sont souvent les qualités que recherchent les recruteurs pour un premier emploi.



Bonus : Découvrir l'IA simplement

Vous avez peut-être entendu parler des intelligences artificielles sans vraiment savoir comment les utiliser.

Bonne nouvelle : il n'est pas nécessaire d'être doué en informatique pour s'en servir.

L'IA ne remplace ni votre expérience, ni votre personnalité. En revanche, elle peut vous aider à préparer plus sereinement votre recherche d'emploi.

Elle peut notamment vous aider à :

- préparer un entretien d'embauche ;
- trouver des idées pour répondre à certaines questions ;
- identifier vos qualités et compétences ;
- mieux mettre en valeur votre parcours ;
- gagner du temps dans vos démarches.

⚠ Quelques précautions

L'IA est un outil d'aide.

- Relisez toujours les réponses obtenues.
- Vérifiez qu'elles correspondent à votre situation.
- Ne laissez jamais l'IA inventer une expérience, une formation ou une compétence que vous ne possédez pas.
- Restez toujours honnête lors de vos candidatures.

💻 Comment utiliser une intelligence artificielle ?

1. Rendez-vous sur le site ou l'application de l'intelligence artificielle de votre choix.
2. Créez gratuitement un compte si nécessaire.
3. Copiez-collez votre question ou votre demande.
4. Lisez les réponses obtenues et adaptez-les à votre situation.



Quelques intelligences artificielles que vous pouvez utiliser gratuitement

Vous n'êtes pas obligé d'utiliser un outil en particulier. L'essentiel est de choisir celui qui vous paraît le plus simple et le plus rassurant.

🗨 ChatGPT

Très connu et facile d'utilisation. Permet de poser des questions en langage naturel et d'obtenir de l'aide pour préparer un entretien, mettre en valeur ses compétences ou réfléchir à ses réponses.

📄 Microsoft Copilot

Intégré à l'écosystème Microsoft. Pratique si vous utilisez déjà Windows ou les outils Microsoft.

🌿 Google Gemini

L'assistant de Google. Son fonctionnement est similaire : vous posez vos questions simplement et obtenez des suggestions.

FR Le Chat (Mistral AI)

Une intelligence artificielle développée en France, appréciée pour sa simplicité et sa rapidité.

✨ Comment bien utiliser une intelligence artificielle ?

- Posez des questions précises.
- Relisez toujours les réponses obtenues.
- Adaptez-les à votre propre situation.
- Ne mentionnez jamais une expérience ou une compétence que vous ne possédez pas.
- Considérez l'IA comme un outil d'aide, et non comme un remplacement de votre réflexion.

✨ Qu'est-ce qu'un prompt ?

Le mot « prompt » est souvent utilisé lorsqu'on parle d'intelligence artificielle. Il désigne tout simplement la consigne, la demande ou la question que vous lui donnez.

Il n'est pas nécessaire d'utiliser des mots compliqués : écrivez comme si vous parliez à une personne qui essaie de vous aider.

Vous pouvez ensuite modifier votre demande afin qu'elle corresponde davantage à votre situation.

✧ Un exemple pour vous lancer

Copiez-collez simplement ce texte dans l'intelligence artificielle de votre choix :

Je prépare actuellement ma recherche d'emploi. Pose-moi 10 questions d'entretien fréquemment posées pour le poste auquel je candidate et aide-moi à préparer des réponses simples, honnêtes et professionnelles adaptées à mon parcours.

🌱 Un dernier mot

L'IA n'est pas là pour faire les choses à votre place. Considérez-la comme un outil supplémentaire pour vous aider à prendre confiance, à vous préparer et à avancer plus sereinement dans votre recherche d'emploi.

Vous avez déjà les qualités et l'expérience qui vous appartiennent.

L'IA peut simplement vous aider à mieux les mettre en valeur.



L'Atelier
DES MOTS9 ♥

Ressources utiles
pour avancer

Mémo Essentiel

Chaque étape
vous rapproche
de votre objectif ! ♥



Téléchargement
immédiat ♥

FORMAT
PDF ♥

7 solutions concrètes pour reprendre votre recherche d'emploi avec méthode

Ce que vous trouverez

- 7** 7 solutions essentielles pour débloquer votre recherche.
- Des conseils concrets simples, clairs et immédiatement applicables.
- Une méthode simple pour avancer pas à pas.
- Une lecture rapide à consulter à tout moment.
- Format PDF à télécharger et à conserver.

Pour qui ? ♥

- Vous recherchez un emploi.
- Vous ne savez plus par où commencer.
- Vous souhaitez retrouver une méthode claire et efficace.
- Vous voulez compléter les conseils de votre mini-pack.



Pourquoi ce Mémo ?

Chercher un emploi ne consiste pas seulement à envoyer des CV. Parfois, quelques ajustements suffisent pour retrouver de la motivation, mieux organiser ses démarches ou découvrir des pistes auxquelles on n'avait pas pensé. Le **Mémo Essentiel** rassemble ces conseils dans un document unique, facile à conserver et à relire lorsque le besoin s'en fait sentir.

Dans ce Mémo, vous trouverez :

Les 7 Solutions
Essentielles ♥

Conseils
pratiques ♥

Ressources
complémentaires ♥

Idées et outils
pour aller
plus loin ♥

Passerelle vers
Le Comptoir Digital
pour découvrir
d'autres outils utiles ♥

10 €
TTC ♥

12 pages de conseils
pratiques à conserver



Télécharger maintenant · 10 € ➔

Accès immédiat après paiement ♥

Vous avez déjà téléchargé nos ressources ? ♥

Inscrivez-vous à La Lettre de L'Atelier
pour recevoir nos nouveautés, conseils et contenus exclusifs.

L'Atelier des mOts9 — Ressources utiles pour avancer ♥

