

## 1. Pourquoi effectuer une relance ?

- Prouver sa motivation, son implication et affirmer son intérêt pour le poste.
- Obtenir des informations quant au suivi de sa candidature.

## 2. Comment suivre sa candidature ?

Vous pouvez utiliser un outil tel que le « **carnet de suivi** ». Celui-ci, vous permet d'inscrire les informations essentielles de vos candidatures (quand, comment, pourquoi, à qui, les détails du poste,...). Ainsi, il vous sera plus simple de relancer le recruteur.

## 3. Quand et comment effectuer une relance ?

La relance se fait entre 10 et 15 jours après avoir candidaté soit par ; téléphone ou mail.

## 4. Avant votre relance téléphonique

- Reprenez votre carnet de bord et saisissez-vous des informations.
- Installez-vous seul dans un endroit au calme.
- Prévoyez le nécessaire (stylo, papier, agenda, CV et lettre de motivation, notes sur la structure et le poste pour lequel vous avez postulé).
- Préparez en amont ce que vous souhaitez dire.

## 5. Pendant l'appel

- Soyez souriant et adaptez votre langage.
- Affirmez votre motivation (n'hésitez pas à poser des questions).
- Demandez les coordonnées de la personne (pour la re-contacter si nécessaire).
- Écoutez attentivement votre interlocuteur et prenez des notes.
- Apportez des éléments nouveaux.
- **L'interlocuteur vous propose un RDV** : adaptez-vous à son emploi du temps et préparez l'entretien.
- **L'interlocuteur décline votre offre** : demandez lui de vous rediriger vers un confrère ou une structure et garder le contact.

## 6. Si vous laissez un message vocal

N'oubliez pas de préciser votre ; nom, prénom, la personne que vous souhaitez joindre, le motif de l'appel ainsi que vos coordonnées.

## 7. Relance par mail

Vous devez rappeler ; le poste pour lequel vous avez postulé, la date à laquelle vous avez postulé, auprès de qui, que vous êtes toujours intéressé et motivé. Précisez également votre souhait d'obtenir des informations quant au traitement de votre demande.

Il est important de dédier une tranche horaire à sa recherche de stage par semaine.