Eigenflow

GUIDE · STAGE

AutoInternshipClaude : tes candidatures de stage avec Claude

L'installation, la marche depuis la France avec tes propres liens, le mode Review, et ce que montre notre test sur trois vraies offres à Paris.

PAR

Abyane Nabeebaccus

INSTAGRAM

@abyane_nb

ÉDITION

novembre 2026

Tu as commenté STAGE, voici le guide. AutoInternshipClaude est un projet gratuit et libre (licence MIT), publié sur GitHub par son auteur, Thang Phung. Deux skills pour Claude et une extension Chrome cherchent des offres de stage, adaptent ton CV à chacune, remplissent le formulaire et tiennent un tableau de suivi. Le lien du dépôt : github.com/pqthangv/AutoInternshipClaude.

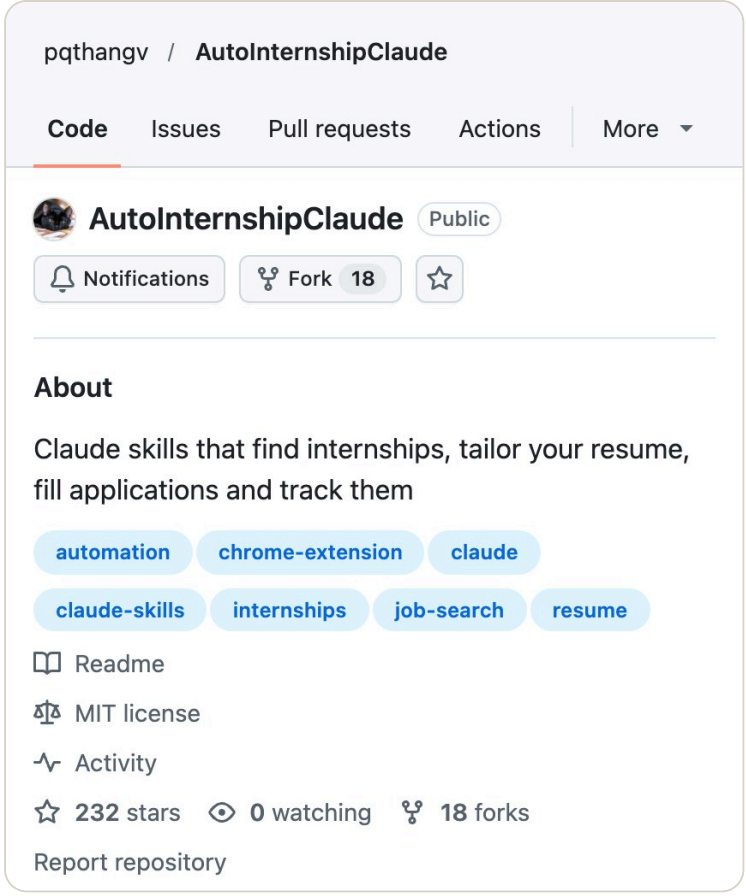
On a testé la partie qui écrit : le texte de ses skills donné à Claude, avec un CV fictif et trois vraies offres de stage à Paris. On n'a ni installé l'extension ni lancé le code du dépôt. Le reste du guide s'appuie sur sa documentation (version du 20 novembre 2026, relue le 25 novembre) et sur les pages citées, relues les 20 et 21 novembre.

À savoir avant de lire

- Il faut un forfait Claude payant : Cowork et Claude in Chrome commencent à Pro, 18 € HT par mois en France (21,60 € TTC).
- Ses listes d'offres sont américaines. Le 20 novembre : 1 947 stages d'été 2027 aux États-Unis, 2 en France. Depuis la France, tu lui donnes tes propres liens.
- Par défaut, il remplit le formulaire et s'arrête avant le bouton d'envoi. Garde ce mode.
- Il ne touche jamais à LinkedIn.
- Il n'ajoute rien à ton CV qui ne soit pas dans ta version complète. Sur nos trois CV de test, aucun chiffre ni aucun outil en plus.

1. Ce que fait l'outil

Le dépôt a été créé le 30 octobre 2026. Le 20 novembre, il avait 232 étoiles et 18 copies (forks), et son auteur y avait poussé dix commits dans la journée. Le 25 novembre : 252 étoiles, toujours 18 copies, et 26 commits de plus.

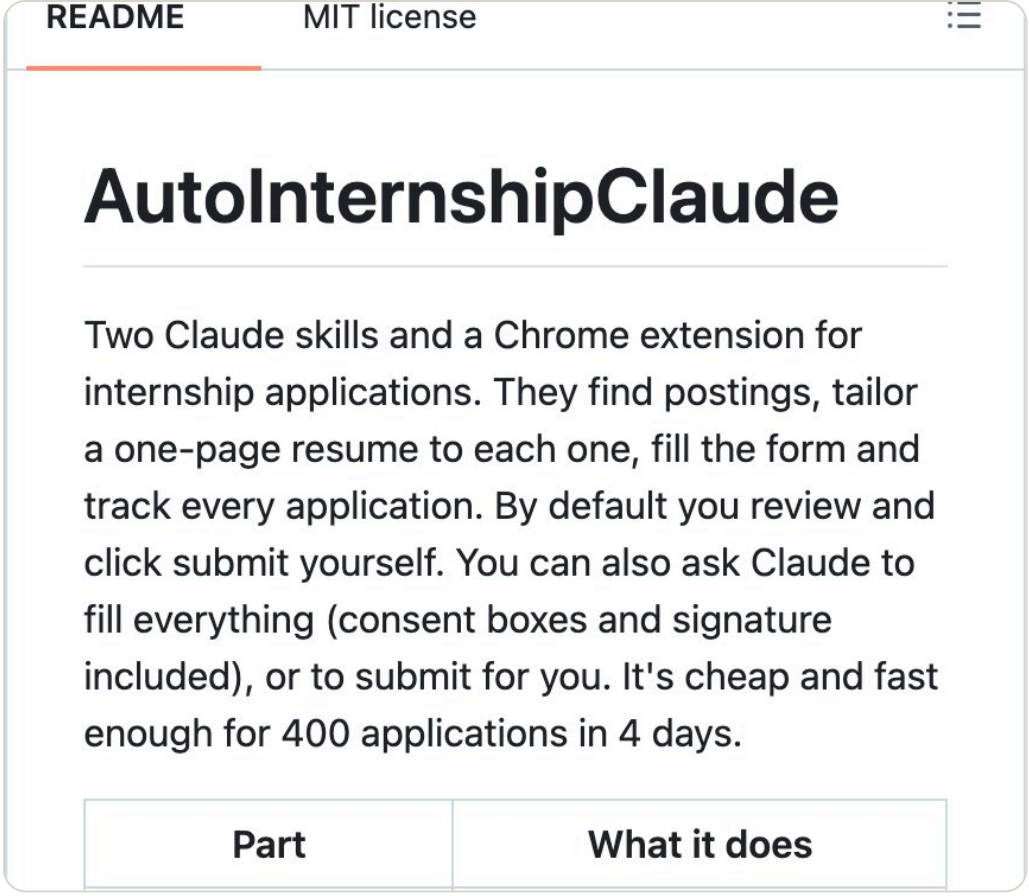


Le dépôt AutoInternshipClaude sur GitHub : 232 étoiles, 18 copies, licence MIT (capture du 21 novembre)

Il a trois pièces :

- `internship-application`, la skill principale. Elle trouve des offres sur quatre listes publiques américaines (SimplifyJobs, deux listes speedyapply et, depuis le 21 novembre, celle de vanshb03), lit chaque offre, fait un CV d'une page pour elle, écrit une lettre de motivation quand le formulaire a une place pour ça, remplit le formulaire et note tout ce qu'elle y a mis.
- `internship-tracker`, qui tient le fichier `tracker.xlsx` : le statut de chaque candidature, les relances, la préparation des entretiens.
- AutoInternship, l'extension Chrome. Elle remplit d'un clic les champs prévisibles (nom, coordonnées, école, liens, menus déroulants) à partir d'un profil que tu saisis une fois, sans passer par Claude. Claude fait le reste.

Le README le résume dès ses premières lignes :



Le début du README : par défaut, tu relis et tu cliques toi-même sur Submit, et l'outil irait assez vite pour 400 candidatures en 4 jours (capture du 21 novembre)

Les 400 candidatures en 4 jours, c'est l'auteur qui l'écrit, dans une phrase ajoutée au README le 17 novembre. Le dépôt ne publie aucune mesure à l'appui, et nous ne l'avons pas vérifié. Et en mode par défaut, ça fait 100 candidatures par jour à relire et à envoyer toi-même.

---

2. Ce qu'il te faut

- Un forfait Claude payant, Pro au minimum. En France, Pro coûte 18 € HT par mois (21,60 € TTC), ou 180 € HT par an. Cowork et Claude in Chrome sont réservés aux forfaits payants. Le README range aussi les skills dans ce cas, et il se trompe : elles marchent en gratuit, avec l'exécution de code. Mais sans Cowork ni Chrome, tu n'iras pas loin.
- L'appli Claude pour ordinateur, et Google Chrome.
- Ton CV complet, celui où tout figure, même s'il fait deux pages : le projet Overleaf ou un fichier Word. Le dépôt l'appelle le CV maître. Claude n'y touche jamais, il travaille sur des copies.

---

3. Installer, pas à pas

Dix minutes d'après le README, dont viennent les intitulés ci-dessous (ils peuvent changer avec l'appli).

1. Sur la page du dépôt, clique sur le bouton vert Code, puis Download ZIP. Décompresse le fichier.

2. Compresse séparément les dossiers `internship-application` et `internship-tracker`, pour avoir deux ZIP (sur Mac : clic droit, Compresser).

3. Dans l'appli Claude, ouvre Customize, puis Skills, et envoie les deux ZIP. Si l'option manque, active l'exécution de code dans Settings, puis Capabilities.

4. Installe l'extension AutoInternship depuis le Chrome Web Store. Sa page de profil s'ouvre : remplis-la une fois.

5. Installe Claude in Chrome depuis le Chrome Web Store et connecte-toi. C'est lui qui laisse Claude travailler dans ton navigateur et appuyer sur le bouton de l'extension.

6. Crée un dossier pour ta recherche, avec un sous-dossier `resume`. Mets-y ton CV maître : ton projet Overleaf téléchargé en Source (Menu, Download, Source) puis décompressé, ou ton fichier .docx.

7. Dans l'appli Claude, ouvre Cowork et choisis ce dossier.

Tu peux ajouter deux fichiers à ce dossier : `profile.json`, tes réponses types (le bouton Download backup de l'extension le fabrique), et `jobs.txt`, tes liens d'offres. Sans profile.json, Claude en crée un à partir de ton CV et ne te demande que ce qu'il n'y trouve pas.

Un CV Overleaf doit être recompilé après chaque adaptation. Si aucun moteur LaTeX n'est disponible là où Claude travaille, il te rend le source à recompiler dans Overleaf. Avec un fichier Word, il modifie une copie et la convertit en PDF.

Le profil, réglé pour la France

Le profil a été pensé pour des étudiants américains. Quelques réglages :

- Autorisation de travail et besoin de visa (sponsorship) : réponds selon ta situation. Claude ne déduit jamais ces réponses, il les prend telles quelles.
- Les questions d'auto-identification (origine, handicap, orientation sexuelle) : laisse-les sur « Not set ». Claude ne les devine jamais.
- Le champ `extraRules` prend tes consignes, une par ligne. Par exemple : « Écris la lettre et les réponses dans la langue de l'offre. »
- Laisse `roleTypes` vide quand tu donnes tes propres liens. Ce filtre trie les offres par type de poste en cherchant des mots-clés anglais dans leur titre.

Avec Claude Code, copie les deux dossiers dans `~/.claude/skills/`, lance `pip install openpyxl pypdf`, et ajoute Tectonic pour compiler un CV Overleaf.

---

4. L'utiliser depuis la France

Les listes de l'outil ne te serviront presque à rien. Le 20 novembre, la liste de SimplifyJobs comptait 2 219 stages d'été 2027 ouverts : 1 947 aux États-Unis, 2 en France, tous les deux chez

QRT, une société d'investissement quantitatif. Ton vrai point de départ, c'est `jobs.txt`, un lien par ligne :

À COLLER

```
https://job-boards.greenhouse.io/quberesearchandtechnologies/jobs/8773084002
https://jobs.ashbyhq.com/mistral.ai/fcdb8407-20b9-4179-81b6-f2ca2c79a39b
https://jobs.ashbyhq.com/alan/22f1cd8e-0cff-4a31-8bf6-547c0dba45a7
https://www.welcometothejungle.com/fr/companies/<entreprise>/jobs/<offre>
```

Les trois premiers liens sont de vraies offres de stage à Paris, encore ouvertes le 21 novembre. Le texte après un # est une note, et les liens placés sous une ligne `# done` sont considérés comme traités. Ceux que tu ajoutes à la main restent en tête de file.

Le script qui lit les offres connaît Greenhouse (pages européennes comprises), Ashby, Lever, Workday, SmartRecruiters, Rippling, Oracle, iCIMS, Workable et Paylocity, les sites carrière SuccessFactors, plus les offres d'Amazon, de TikTok et de ByteDance. Sur un autre site, il cherche dans la page les données d'offre prévues pour les moteurs de recherche (le format schema.org JobPosting). Les offres de Welcome to the Jungle en ont : on l'a vérifié le 21 novembre sur deux offres de stage. S'il ne trouve rien, Claude ouvre la page dans Chrome et la lit. Pour une offre vue sur LinkedIn, donne le lien de la même offre sur le site de l'entreprise.

Si Cowork bloque l'accès du script à Internet, Claude te le dit une fois, avec la liste des sites à autoriser dans les réglages d'exécution de code. En attendant, il lit les offres dans Chrome.

Le bouton de l'extension n'apparaît que sur dix sites de candidature : Greenhouse, Lever, Ashby, Workday, SmartRecruiters, Workable, iCIMS, Jobvite, BambooHR et Oracle. Ailleurs, Claude remplit tout lui-même : ça marche, mais c'est plus lent et ça prend plus de ton quota. Quand un site demande de te connecter ou de créer un compte, Claude s'arrête et te passe la main. Il ne tape jamais de mot de passe.

Pour lancer, dans Cowork :

À COLLER

```
Postule aux 3 premières offres de jobs.txt.
```

À COLLER

```
Prépare la candidature pour cette offre et arrête-toi avant l'envoi : [lien de l'offre]
```

Sur un lot, Claude adapte d'abord tous les CV et te montre un point d'étape : les changements, les écarts, le PDF, la lettre. Puis il remplit les formulaires en même temps, chacun dans son onglet, qu'il laisse ouvert. Il ne prend pas plus de deux postes par entreprise et par jour.

5. Les trois modes, et pourquoi rester en Review

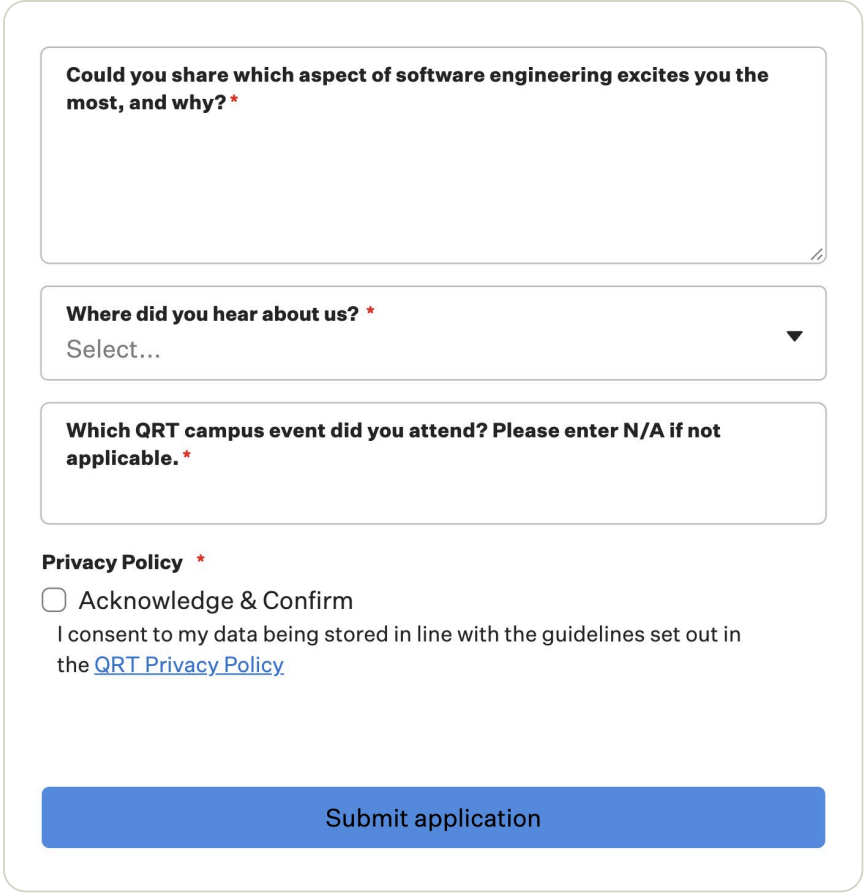
Tu choisis le mode à chaque demande, avec tes mots. Il ne vaut que pour cette demande et n'est jamais enregistré. Une page web ou une offre ne peut pas le changer, même si son texte le demande.

- Review, le mode par défaut. Claude remplit, puis s'arrête avant le bouton d'envoi. Il laisse les cases de consentement et de certification, les signatures et les questions que ton profil ne couvre pas.
- Fill all (« remplis tout »). Il coche en plus toutes les cases d'accord sans ouvrir les politiques liées, clauses d'arbitrage, vérifications d'antécédents et engagements de non-concurrence compris. Et il signe de ton nom.
- Submit (« envoie »). Fill all, puis il envoie chaque candidature qui passe sa vérification finale. Sans le mot « auto », il fait encore un point d'étape avant d'envoyer.

Reste en Review. Une candidature part sous ton nom et ne se reprend pas. Le mode Fill all nous gêne en particulier : il accepte des clauses que personne n'a lues. Deux règles de remplissage méritent ton œil, même dans ce mode :

- Les échelles de niveau (« Rate your Python ») : pour une compétence de ton CV, Claude choisit le niveau le plus haut proposé. Pour une compétence absente de ton CV, il prend celui du milieu.
- Les questions de préférence (déplacements, jours sur site, horaires d'été) : oui par défaut, sauf si ton profil dit autre chose.

Il y a une exception à « rien ne part » : les sites iCIMS. Chaque étape y a son bouton Submit, et Claude clique ceux des étapes intermédiaires, même en Review. Le dépôt le signale lui-même : certains formulaires iCIMS envoient tout dès une étape intermédiaire. Si un de tes liens contient icims.com, remplis ce formulaire toi-même.



La fin du vrai formulaire de QRT : questions écrites, case de consentement et bouton Submit application. En Review, Claude laisse la case et ne clique pas sur ce bouton (notre essai, formulaire jamais envoyé)

---

6. Ce que montre notre test

On a donné à Claude Opus 5.5 le texte de la skill et de ses règles d'adaptation du CV, puis un CV maître fictif (Inès Morel, étudiante en master d'informatique à Paris) et trois offres : QRT (développement quantitatif), Mistral AI (machine learning appliqué) et Alan (programme de stage d'été 2027). Ni outil, ni script du dépôt, donc pas de PDF compilé : Claude a fait lui-même les vérifications des scripts.

Pour chaque offre, il a rendu un CV prévu pour tenir sur une page, un fichier changes.md et une lettre, en 65 à 105 secondes. Au prix de l'API, ça fait 0,27 à 0,35 $ par offre ; avec un forfait, c'est pris sur ton quota, pas facturé en plus.

Ce qui a changé :

- Les trois CV passent les projets avant l'expérience. Celui de QRT ouvre sur le moteur de backtest de stratégies de trading, ceux de Mistral AI et d'Alan sur l'assistant de questions en PyTorch.
- Les puces sont réécrites avec les mots de l'offre : « Écrit en C++ une recherche alpha-bêta… » pour QRT, « traitement du langage naturel » posé devant la recherche sémantique pour Mistral AI.
- Pour QRT, le job d'été en restauration rapide saute : il ne montre rien de ce que l'offre demande.

Ce qui n'a jamais été ajouté : on a comparé chaque CV au maître, et aucun chiffre ni aucun outil n'y apparaît en plus. Ce que l'offre demande et que le CV n'a pas va dans la liste des écarts de

changes.md, avec une piste pour y répondre en entretien. C#, Bash et GCC pour QRT. L'IA générative et le MLOps pour Mistral AI. Les agents IA pour Alan, avec une mise en garde : l'assistant du CV fait de la recherche sémantique, il ne faut pas le présenter comme un agent.

Les lettres font un peu plus de 200 mots : en anglais pour QRT et Alan, la langue de leur offre, en français pour Mistral AI. Chaque fait vient du CV maître.



Cover Letter

Dear QRT hiring team,

I am applying for the 2027 Technology internship as a Quantitative Developer in Paris. I am studying for a Master's in Computer Science (Data and AI track) at Université Paris Cité, and QRT's scientific approach, bringing together data, research and technology to run systematic strategies, is where I want to work: building the tools that let researchers test ideas faster.

During a three-month back-end internship, I wrote a leave-planning API in Python (FastAPI) and PostgreSQL used by 40 client companies. I cut the response time of the schedule export from 9 s to 3 s by rewriting two SQL queries, and added 120 automated tests with pytest and continuous integration on GitLab. I also built an event-driven backtesting engine in Python on 10 years of daily prices, with simulated fees and slippage, and compared six strategies on Sharpe ratio and maximum drawdown. In C++, I wrote a chess engine with alpha-beta search and a transposition table that plays at about 2,000 Elo against other engines.

At QRT, I hope to learn how research and trading systems are built for performance and reliability in production, and to work directly with researchers and traders to understand their problems.

I will graduate in September 2027 and am available for an internship in 2027.

Sincerely,
Inès Morel

La lettre écrite par Claude pour QRT, collée par nous dans le vrai formulaire : chaque fait vient du CV maître fictif (formulaire jamais envoyé)

Claude a surtout posé ses questions au lieu de deviner. Le CV maître disait « Master 1 » pour 2025 à 2027 : en M1 ou en M2 aujourd'hui ? Quelles dates de disponibilité ? Faut-il un CV en anglais ? Il a aussi signalé ses propres déductions, comme « chaque semaine pendant un an », tiré des dates du tutorat, à retirer si c'est faux. Les réponses qui reviendront d'une offre à l'autre, comme tes dates, la skill les range ensuite dans ton profil.

---

7. Le suivi et les relances

Claude tient `tracker.xlsx` : une ligne par candidature, avec l'entreprise, le poste, la date limite, le statut (Ready to submit, Submitted, Online assessment, Interviewing, Offer, Rejected…), la prochaine étape et les écarts. Chaque candidature a son dossier dans `Applications` : l'offre, le CV envoyé, la lettre, changes.md, et application-record.md, qui garde chaque champ rempli mot pour mot.

Tu le tiens à jour en lui parlant :

À COLLER

```
J'ai envoyé la candidature QRT, sans rien changer.
```

À COLLER

```
Où j'en suis de mes candidatures ?
```

À COLLER

```
J'ai un entretien chez Alan jeudi à 14 h, prépare-moi.
```

À la deuxième demande, il répond par un tableau, le plus urgent en haut. Il signale les candidatures envoyées depuis trois semaines ou plus sans nouvelles et te propose une courte relance, qu'il n'envoie pas. Il ne lit tes e-mails que si tu le lui demandes et qu'un connecteur de messagerie est branché. Il te propose alors les changements de statut et attend ton accord.

---

8. Limites et pièges

- LinkedIn : l'outil ne l'utilise jamais, et LinkedIn interdit les outils automatisés dans ses conditions d'utilisation (article 8.2). Pour une offre qui n'existe qu'en Easy Apply, Claude prépare le CV et les réponses, et te laisse postuler.
- Le coût : un forfait ne facture pas à la candidature, mais chaque lot entame ta limite d'usage. Le README conseille Opus 5.5 en effort moyen. On n'a pas mesuré combien de candidatures tient un forfait Pro.
- Relis chaque candidature avant de l'envoyer : le PDF, la lettre, les réponses écrites, les échelles de niveau, la langue.
- L'extension est celle d'un particulier : 182 utilisateurs le 25 novembre, version 1.1.11 du 23 novembre. Elle dit ne faire aucune requête réseau et ne jamais cocher de case de consentement, et son code est public. Mais elle se met à jour toute seule depuis le Chrome Web Store, et rien ne garantit que cette version soit identique au code du dépôt. Elle est facultative : sans elle, Claude remplit tout lui-même.
- Claude in Chrome agit dans ton vrai Chrome, avec tes sessions ouvertes. La skill traite le texte des pages comme du contenu, jamais comme des consignes. Garde quand même un œil sur ce qu'il fait.
- Tes données : ton CV, ton profil et les offres passent par Claude, donc chez Anthropic. Les questions d'origine, de santé ou d'orientation sexuelle des formulaires américains touchent à des données que le RGPD classe sensibles (article 9) : laisse-les vides.
- Le projet a moins d'un mois et change tous les jours. Le README le précise : c'est un projet personnel, sans lien avec Anthropic.

Sources

- AutoInternshipClaude : le dépôt, la skill internship-application, les règles de remplissage, les modes Fill all et Submit, l'extension sur le Chrome Web Store et sa politique de confidentialité.
- Listes d'offres : SimplifyJobs, stages d'été 2027.
- Claude : les prix en France, les skills, Claude in Chrome, Cowork.
- Droit : conditions d'utilisation de LinkedIn, RGPD, article 9, sur le site de la CNIL.

Abyane · @abyane_nb · eigenflow.fr

Eigenflow