

Des formations pour préparer votre retour à l'emploi

Le Cpva, centre de formation de la Caf,
vous accompagne dans le bilan de
vos compétences et la construction
de votre projet.

Retrouvez toute l'actualité
et les dates des formations
du Cpva

sur le site : cpva.caf33.fr



Vous préparez votre retour à l'emploi,
vous êtes en projet d'évolution professionnelle
et vous êtes allocataire de la Caf avec un ou
plusieurs enfant(s) à charge ?

Vous pouvez bénéficier de nos formations !

**Ces formations gratuites sont proposées sur
tout le territoire girondin : Bordeaux
Caudéran, Floirac et autres communes.**

Prenez rendez-vous avec le Cpva

Cpva de Bordeaux Caudéran – 06 09 52 71 21

email : cpva.cauderan@caf33.fr

Cpva de Floirac - Espace social Caf - 06 16 09 47 18

email : cpva.floirac@caf33.fr



**J'ai besoin de conseils pour bâtir un projet
professionnel qui me ressemble,**

Je souhaite retrouver confiance en moi,

**Je veux concilier ma vie de famille et
ma vie professionnelle.**

Je réalise un bilan personnel et professionnel

4 entretiens individuels

- Je fais le point sur mes expériences et mon parcours.
- J'identifie mes centres d'intérêts.
- Je mets en valeur mes compétences et mes aptitudes.
- Je cherche des solutions pour mes projets à venir.



Je construis et vérifie mes projets personnels et professionnels

2 jours par semaine en atelier collectif
(Hors mercredis et vacances scolaires)

Ou en entretien individuel

- J'apprends à mieux me connaître : qui je suis, ce que je sais faire, ce que j'aime, ce dont j'ai envie.
- Je renforce la confiance en moi : mieux communiquer, me mettre en valeur, me préparer au changement, élargir mon réseau.
- J'explore différentes pistes professionnelles : découvrir des métiers, rencontrer des professionnels et être informé sur le marché de l'emploi.
- Je m'informe sur mes droits : santé, travail, famille, formation.
- J'engage des démarches et je valide mon projet : CV, lettres de motivation, stage en entreprise, entretiens de recrutement.

Je valorise mes acquis personnels et de parents

1 jour par semaine en atelier collectif
(Hors mercredis et vacances scolaires)

- Je prends du temps pour moi.
- Je développe mes capacités : expression écrite et orale, mémoire, logique.
- J'échange et je partage sur mes questions de parents.
- J'enrichis mes connaissances : gestion des émotions, communication...



Pour participer, je peux être accompagné(e) dans la recherche de solutions : la garde de mes enfants, mes déplacements, autres.