

Changer de CAP

Mis à jour le 8 novembre 2024

Conditions d'entrée et prérequis

Demandeurs d'emploi,
bénéficiaires du RSA

Public visé

Demandeur d'emploi - Bénéficiaire
du RSA

Rythme

Temps plein

Durée en centre

125 heures

Validation

Certificat de réalisation

Certification

Non

Modalités d'évaluation

Certificat de réalisation

Entrée et sortie permanente

Non

Objectifs professionnels

Permettre au bénéficiaire de :

- Avoir une meilleure connaissance de soi
- Identifier et valoriser son potentiel et ses propres ressources
- Redonner vie à ses envies, ses projets et oser le changement
- Renforcer sa curiosité, son ouverture et son implication dans les relations sociales
- Lutter contre la sédentarité et l'isolement

Contenu

Accompagnement individuel et collectif par un référent unique du Greta Lorraine Nord

- Connaissance de soi
- Représentations sociales
- Mes valeurs, mes besoins, mes attentes
- Communication
- Confiance en soi et Estime de soi
- Ma volonté au changement
- Projet commun – Sortie culturelle
- Ateliers d'écriture
- Ateliers image de soi
- Projet innovant (robotique-outils numériques)

Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- Activités individuelles, en ateliers et en sous-groupes

Profil des intervenants

- Formateurs et Intervenants expérimentés dans la pédagogie des adultes
- Une équipe de conseillers formés à la méthode d'entretiens exploratoires et coaching, spécialisés dans les thématiques proposées

Délais et modalités d'accès

Participation à une réunion d'information

Poursuite de parcours

NC

Référent handicap

Nos référents handicap sont à votre écoute pour l'analyse de vos besoins spécifiques et l'adaptation de votre formation.

Réseau

- GRETA-CFA Lorraine Nord

Changer de CAP

- rue Monseigneur Pelt BP 55130
57074 METZ
- greta-lorraine-nord@ac-nancy-metz.fr
- 03 87 76 40 31
- SIRET : 19570057000037