

Je fais le point pour avancer



Parcours collectif **Nouveau Cap**

(5 séances)

Lorsque le parcours professionnel est mis à l'épreuve, il est parfois nécessaire de reprendre confiance en soi et de valoriser ses forces. Ce cycle de 5 ateliers vous propose un espace d'échanges, de réflexion et de travail pour avancer dans votre parcours.



Atelier collectif **Identifier ses appuis et points de vigilance**

(1 séance)

Un temps pour faire le point sur votre situation, identifier vos ressources, repérer les freins éventuels, et prendre du recul dans un cadre bienveillant.



Groupe d'échange **Pause CAP**

(1 séance)

Profitez d'un moment d'échange convivial avec d'autres personnes en situation de handicap pour partager vos expériences et de vous enrichir mutuellement.

Je passe à l'action



Parcours collectif **Outils et méthodologie de projet**

(5 séances)

Ce parcours de 5 séances vous accompagne dans la construction de votre projet professionnel. Explorez des pistes de métiers adaptées à votre situation et repartez avec un plan d'action concret.



Parcours collectif **Techniques de recherche d'emploi**

(3 séances)

Apprenez à construire des candidatures efficaces et à valoriser votre parcours en entretien.

- **Candidater efficacement** (1 séance)
- **Se préparer à l'entretien** (2 séances)

Je développe mes compétences numériques



Atelier collectif **Comprendre et utiliser l'IA**

(1 séance)

Découvrez les bases de l'IA, ses usages en emploi et les opportunités en matière d'accessibilité, pour compenser certaines difficultés liées au handicap.



Atelier individuel **Permanences PIX**

(1 séance)

Vous souhaitez développer vos compétences numériques et/ou faire le point sur votre niveau ? Cap emploi vous accompagne dans la découverte et l'utilisation de « PIX ».