LES MODALITÉS D'ADMISSION

Chaque stagiaire reste rattaché à son établissement ou service d'origine

L'ALTERNANCE

Le dispositif s'organise ainsi dans :

• LE NORD MANCHE et LE CENTRE MANCHE

De septembre à juin :

- 2 jours de formation et 3 jours de stage par semaine

• LE SUD MANCHE

De septembre à février :

- 2 jours de formation et 3 jours de stage par semaine

De mars à juin :

- 1 semaine de formation et 3 semaines de stage par mois

TERRITOIRE NORD MANCHE

porté par l'ACAIS
(Association du Cotentin d'accompagnement inclusif et solidaire)

Mme SOREL : 06 49 93 29 90
Adresse : FJT Espace temps
33 rue Maréchal Leclerc
50100 CHERBOURG EN COTENTIN
Mail : c.sorel@acais.fr

TERRITOIRE CENTRE MANCHE

porté par l'AAJD
(Association d'aide aux adultes et aux jeunes en difficulté)

Mme HOPQUIN : 06 07 44 60 21
Adresse : 3 rue de la Banque
50180 AGNEAUX
Mail : capalternance@aajd.fr

TERRITOIRE SUD MANCHE

porté par L'ADSEAM
(Association départementale pour la sauvegarde de l'enfant à l'adulte de la Manche)

M. GEFFRELOT : 06 42 34 85 26
Adresse : 7 rue St Saturnin
50300 AVRANCHES
Mail : cap-alternance@adseam.asso.fr

Ne pas jeter sur la voie publique
Imprimé par nos soins.

CAP' ALTERNANCE

GROUPEMENT INTER-ASSOCIATIF

TU AS ENTRE 16 ET 25 ANS ?

TU ES ACCOMPAGNÉ PAR UN I.M.E., UN ITEP, UN IEM, UN SESSAD, LE PRSA ?

TU AS UN PROJET PROFESSIONNEL ?

CAP' ALTERNANCE est pour toi !

CAP'ALTERNANCE prépare :

- L'accès vers la formation ou vers l'emploi.
- L'insertion sociale et professionnelle, en alternant théorie et stages en entreprise.

DÉFINIR TON PROJET PROFESSIONNEL

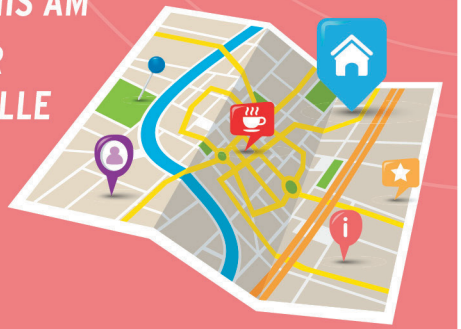
- EXPÉRIMENTER : Faire des stages
- CONNAÎTRE ET VISITER LES ENTREPRISES
- MAINTENIR ET DÉVELOPPER SES ACQUIS SCOLAIRES (français, maths, informatique...)

GÉRER TON QUOTIDIEN

- DÉCOUVRIR LES ORGANISMES PUBLICS OU ASSOCIATIFS (Point Info Jeunesse, Mission Locale...)
- GÉRER UN BUDGET, L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE...
- S'OCCUPER DE SA SANTÉ

ÊTRE MOBILE

- DÉCOUVRIR LE CODE DE LA ROUTE ET LE PERMIS AM
- S'ORIENTER DANS LA VILLE



SAVOIR COMMUNIQUER

- ADAPTER SON COMPORTEMENT À TOUTES SITUATIONS
- APPRENDRE À S'EXPRIMER SELON LA SITUATION

CAP' ALTERNANCE