

**Cette formation gratuite se déroule dans les locaux :**

- **De la Maison des habitants d'Arlac**  
6 avenue de la chapelle Sainte Bernadette  
33700 Mérignac  
pour les ateliers Sécurité Sociale et l'étude de parcours accès aux droits.
- **Du Centre social du Burck - Tournesol**  
27 rue du Maréchal Foch  
33700 Mérignac  
pour l'accompagnement autour du projet personnel professionnel et à la parentalité.

**Avec le soutien de :**  
la Cpm, la Carsat, France Travail,  
la Mairie de Mérignac, les Centres sociaux  
de Capeyron, Arlac et du Burck  
et du Département de la Gironde.

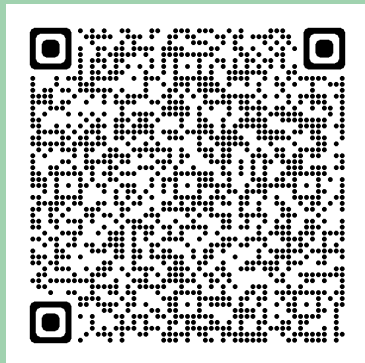


**Le Cpva, centre de formation de la Caf,  
vous accompagne dans vos droits,  
la construction de vos projets  
et vos questions de parent.**

**Vous préparez votre retour à l'emploi, vous  
souhaitez élaborer votre 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 !***

**Retrouvez toute l'actualité et les dates  
des formations du Cpva sur [caf.fr](http://caf.fr)  
[Ma Caf > Vie professionnelle > Le Cpva](#)**



**Contactez le Cpva**

**Au 06 09 52 71 21**

**ou par mail : [cpva.cauderan@caf33.caf.fr](mailto:cpva.cauderan@caf33.caf.fr)**

Conception et réalisation : Communication Caf de la Gironde – 04/12/2025

## **Des formations pour préparer votre retour à l'emploi**



- **J'ai besoin de conseils pour construire un projet professionnel qui me ressemble,**
- **Je souhaite retrouver confiance en moi,**
- **J'aimerais concilier ma vie de famille et ma vie professionnelle,**
- **J'ai envie de valoriser mes compétences de parent.**



## Je fais le point sur mon parcours et mes droits

2 ateliers Sécurité Sociale  
et 3 entretiens individuels  
sur l'étude de parcours et l'accès aux droits  
**du 26 janvier au 16 avril 2026**

## J'élabore mes projets personnels et professionnels Je valorise mon rôle de parent

En atelier collectif  
Les lundis – mardis – jeudis (*Hors mercredis et vacances scolaires*)  
**du 20 avril 2026 au 18 juin 2026**

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

- Je réalise une étude de mon parcours scolaire, de formation, professionnel et extra-professionnel.
- Je suis informé(e) et accompagné(e) pour accéder à mes droits.
- Je participe à un atelier sécurité sociale.
- J'identifie une orientation pour mes projets à venir.



- 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, je découvre des métiers, je rencontre des professionnels et je suis informé(e) sur le marché de l'emploi.
- Je m'informe sur mes droits au contact de professionnels : santé, travail, famille, formation, loisirs.
- J'engage des démarches et je valide mon projet : je réalise mon CV, des lettres de motivation, des stages en entreprise, des entretiens de recrutement.

- Je prends du temps pour moi.
- Je crée du lien avec d'autres personnes.
- J'échange et je partage sur ma parentalité.
- J'enrichis mes connaissances : gestion des émotions, communication...

