

LES CAP PROPOSES DANS L'OUEST GUYANAIS

SOMMAIRE

Dans ce dossier, pour une meilleure lisibilité, les CAP présentés ont été regroupés par domaines d'activités identiques à ceux proposés dans les guides de l'ONISEP.

Le CAP : Fiche de présentation générale	p. 4
Agriculture, élevage, aménagement, forêt	
- CAPA Agriculture des régions chaudes	p. 6
- CAPA Métiers de l'agriculture	p. 7
- CAP Agent de développement des activités locales- Option : activités familiales, artisanales, et touristiques	p. 8
Option : tourisme	p. 9
Alimentation, hôtellerie, restauration	
- CAP Agent polyvalent de restauration	p. 10
- CAP Charcutier-traiteur	p. 11
- CAP Poissonnier	p. 12
- CAP Cuisine	p. 13
- CAP Commercialisation et services en hôtel-café-restaurant	p. 14
- CAP Pâtissier	p. 15
Automobile, engins	
- CAP Maintenance des matériels Option : matériels d'espaces verts	p. 16
- CAP Mécanicien en maintenance des véhicules Option : cycles et motocycles	p. 17
Option : véhicules particuliers	p. 18
Bâtiment, travaux publics	
- CAP Carreleur mosaïste	p. 19
- CAP Monteur en installations sanitaires	p. 20
- CAP Maçon	p. 21
- CAP Maintenance des bâtiments de collectivités	p. 22
- CAP Peintre applicateur de revêtements	p. 23
Bois, Ameublement	
- CAP Charpentier bois	p. 24
- CAP Menuisier : fabricant de menuiserie, mobilier et agencement	p. 25
Commerce, vente	
- CAP Employé de commerce multi-spécialités	p. 26
- CAP Employé de vente spécialisé	p. 27
Electricité, électronique, énergie	
- CAP Electricien	p. 28
Hygiène, sécurité	
- CAP Agent de propreté et d'hygiène	p. 29
Santé, social, soins	
- CAP Assistant technique en milieu familial et collectif	p. 30
- CAP Accompagnant éducatif petite enfance	p. 31
- CAPA Service à la personne et vente en espace rural	p. 32
Textile, Habillement	
- CAP Métiers de la mode – Vêtement flou	p. 33
- CAP Métiers de la mode – Vêtement Tailleur	p. 34

LE CAP

Certificat d'Aptitude Professionnelle

OBJECTIF : SE FORMER A UN MÉTIER PRÉCIS EN 1, 2 OU 3 ANS

Le CAP se prépare en **1, 2 ou 3 ans** après la classe de 3^{ème}, dans un lycée professionnel ou dans un établissement agricole.

Il peut également se préparer par la voie de l'apprentissage : alternance entre l'entreprise et le centre de formation d'apprentis (CFA).

Pour pouvoir préparer un CAP par la voie de l'apprentissage, il faut avoir 16 ans ou avoir terminé son année de troisième, être en situation régulière, trouver un employeur, signer un contrat d'apprentissage (de début juillet à fin décembre) et s'inscrire au CFA.

LA FORMATION :

**Beaucoup de changements par rapport au collège !
Vive la pratique, le concret...**

Les enseignements technologiques et professionnels représentent plus de 50% de l'emploi du temps hebdomadaire. Ces enseignements permettent d'acquérir le savoir faire et les compétences pratiques de chaque métier.

17 à 18 heures d'enseignements technologiques et professionnels. Ils se déroulent sous forme de cours, de travaux pratiques et de travaux en atelier, en laboratoire ou sur le chantier.

Mais c'est aussi des **enseignements généraux**, communs à tous les CAP : 16 à 17 heures. Il s'agit du français, des mathématiques, des sciences physiques, de l'histoire et de la géographie, des arts appliqués, 1 langue vivante, 1 enseignement de prévention, santé, environnement (PSE), et enfin de l'éducation physique et sportive.

Les élèves préparent également le **diplôme de sauveteur secouriste du travail (SST)**. Ils sont ainsi formés à la prévention des risques sur le lieu de travail ainsi qu'aux gestes qui sauvent.

Pour compléter les enseignements pratiques : **une période de 12 à 16 semaines de stage en entreprise en 2 ans..** L'occasion de mettre en œuvre les enseignements et de mettre un premier pied dans l'entreprise !

L'EXAMEN :

L'examen comprend 8 épreuves au maximum dont 4 au moins sous forme de contrôle en cours de formation (CCF) pour les candidats des établissements publics, privés sous contrat et des CFA habilités. Le diplôme est délivré à ceux qui ont obtenu la moyenne à l'ensemble des unités du diplôme.

Les candidats non admis peuvent conserver leurs notes durant 5 années (possibilité de ne repasser que les unités où ils n'ont pas obtenu la moyenne).

APRÈS LE DIPLÔME :

Les titulaires du CAP **s'engagent souvent dans la vie active : c'est la mission première du CAP** et c'est d'ailleurs cette insertion rapide dans la vie professionnelle que recherchent les étudiants.

Environ la moitié des titulaires d'un CAP arrêtent leurs études pour exercer directement un métier.

Les titulaires du CAP **peuvent aussi continuer leurs études** : un CAP peut être complété, par exemple, par une Mention Complémentaire (MC) ou par une formation complémentaire d'initiative locale (FCIL). Ces formations en 1 an sont des modules d'adaptation à l'emploi.

Ils peuvent également, préparer en 1 an un CAP d'une spécialité voisine, selon les places disponibles.

Avec de bons résultats scolaires, et selon les spécialités, il est possible de préparer un brevet professionnel (BP), un brevet de maîtrise (BM), un brevet technique des métiers (BTM), un brevet des métiers d'art (BMA). Ces diplômes se préparent surtout en apprentissage sauf le BMA préparé essentiellement en Lycée professionnel.

Enfin rares sont les élèves qui poursuivent en bac pro : **il faut que des places soient disponibles et seuls les très bons dossiers sont retenus.**

LES CAP PROPOSÉS SUR LE BASSIN DE SAINT-LAURENT / MANA :

Au LPO Bertène JUMIER de Saint-Laurent :

- Carreleur mosaïste,
- Charpentier-bois,
- Cuisine,
- Maçon,
- Menuisier: fabricant de menuiserie, mobilier et agencement
- Accompagnement éducatif , petite enfance,
- Restaurant,
- Commercialisation et services en hôtel-café-restaurant
- Pâtissier

Au LPO Lumina SOPHIE de Saint-Laurent :

- Agent polyvalent de restauration,
- Assistant technique en milieu familial et collectif,
- Agent de propreté et d'hygiène

Au LP Raymond TARCY de Saint-Laurent :

- Employé de commerce multi spécialité,
- Employé de vente spécialisé option : équipement courant
- Monteur en installations sanitaires,
- Maintenance des bâtiments de collectivité,
- Maintenance des matériels : option matériels d'espaces verts
- Mécanicien en maintenance des véhicules : option cycles et motocycles,
- Mécanicien en maintenance des véhicules : option véhicules particuliers,
- Peintre applicateur de revêtements,
- Electricien

Au LPO Léopold ELFORT de Mana :

- Charcutier-traiteur,
- Employé de vente spécialisé option : produits alimentaires,
- Employé de vente spécialisé option : services à la clientèle
- Métiers de la mode - vêtement flou
- Métiers de la mode - vêtement tailleur
- Poissonnier
- Agent de développement des activités locales : option activités familiales, artisanales et touristiques
- Agent de développement des activités locales : option tourisme

Au groupe scolaire catholique de Saint-Laurent :

- Agriculture des régions chaudes

A la Maison Familiale et Rurale (MFR) de Mana :

- Métiers de l'agriculture

A la Maison Familiale et Rurale (MFR) d'Apatou:

- Services à la personne et vente en espace rural
- Métiers de l'agriculture

POUR EN SAVOIR PLUS...

Discutez de votre projet avec votre professeur principal.

N'hésitez pas à contacter le psychologue de l'éducation nationale - conseiller en orientation qui intervient dans votre établissement.

CAPA

AGRICULTURE DES REGIONS CHAUDES

Spécialité : production végétale



LE MÉTIER PRÉPARÉ : OUVRIER-OUVRIÈRE QUALIFIÉ(E)

Le titulaire de ce diplôme travaille en tant qu'ouvrier qualifié polyvalent dans une exploitation agricole ou un organisme au service de la production, de la polyculture-élevage ou de la production horticole dans les DOM-TOM

En production végétale, il évalue l'état d'une parcelle en culture et indique les interventions à effectuer pour prévenir ou endiguer les invasions de parasites, ravageurs... Il maîtrise les techniques de semis et de plantation, de fertilisation, d'entretien de la culture, de récolte et de conditionnement. Il utilise les différents équipements et matériels liés à la conduite de la production.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- connaître l'environnement,
- préparer les parcelles,
- effectuer des semis,
- réaliser la fertilisation,
- réaliser les opérations d'entretien (binage, sarclage...)
- récolter,
- utiliser différents équipements et matériels,
- connaître et respecter les réglementations en vigueur,
- connaître les risques climatiques,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être robuste,
- aimer travailler dehors,
- être sérieux et responsable,
- être soucieux de l'environnement.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges et/ou l'utilisation de machines,

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

A l'ensemble scolaire catholique de Saint-Laurent

CAPA Métiers de l'agriculture



LE MÉTIER PRÉPARÉ : OUVRIER-OUVRIÈRE AGRICOLE

L'ouvrier qualifié en productions végétales sait préparer une parcelle, apprécier son état général, semer et procéder à la plantation.

Il peut prendre en charge les opérations d'entretien et de protection des cultures par emploi de fertilisants, produits phytosanitaires...

Il est capable de récolter et de conditionner les produits en respectant les consignes de mise sur le marché.

Enfin, il sait conduire et utiliser les différents matériels agricoles, les entretenir et les réparer. C'est la plus grosse part de sa formation.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- connaître l'environnement,
- préparer les parcelles,
- effectuer des semis,
- réaliser la fertilisation,
- réaliser les opérations d'entretien (binage, sarclage...)
- récolter,
- utiliser différents équipements et matériels, à les entretenir et à les réparer,
- connaître et respecter les réglementations en vigueur,
- connaître les risques climatiques,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être robuste,
- aimer la mécanique,
- aimer travailler dehors,
- être sérieux et responsable,
- être soucieux de l'environnement.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges et/ou l'utilisation de machines,

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

A la Maison Familiale et Rurale de Mana
A la Maison Familiale et Rurale d'Apatou

CAP

AGENT DE DEVELOPPEMENT DES ACTIVITES LOCALES Option Activités familiales, artisanales et touristiques



LE MÉTIER PRÉPARÉ : HÔTE D'ACCUEIL

Le titulaire de ce CAP contribue à l'accueil et à l'hébergement d'une clientèle française et étrangère. Il assure l'aménagement et l'entretien d'un gîte.

Il propose aux clients des prestations artisanales à vocation touristique, en lien avec les artistes locaux. Il conseille la clientèle et l'oriente vers des prestataires en charge des visites guidées extérieures (sentiers balisés, circuits en pirogue...).

Il assure le couvert (préparation de plats cuisinés) en favorisant les produits locaux.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués, prévention santé environnement, il y a aussi des enseignements technologiques et professionnels: tel que:

- Prestations culinaires locales
- Connaissance de la culture artistique et patrimoniale locale
- Entretien du carbet, du linge

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- Avoir un excellent sens du contact, savoir se rendre disponible
- Connaître la forêt et les activités touristiques
- Connaître l'histoire et les cultures locales

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Léopold ELFORT à Mana

Niveau d'admission requis:
3ème générale

CAP

AGENT DE DEVELOPPEMENT DES ACTIVITES LOCALES Option Tourisme



LE MÉTIER PRÉPARÉ : AGENT DE DÉVELOPPEMENT DES ACTIVITÉS LOCALES

Le titulaire de ce CAP contribue à l'accueil et à l'accompagnement d'une clientèle française et étrangère. Il assure l'aménagement et l'entretien des espaces forestiers. Il prend en charge la conduite d'une visite guidée, d'un circuit touristique existant et déjà repéré. Il peut accompagner seul un groupe sur un circuit balisé et reconnu. Il peut contacter des prestataires et sous traiter tout ou partie d'une prestation touristique.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués, prévention santé environnement, ainsi que des enseignements technologiques et professionnels:

- connaissance du milieu amazonien
- Entretien d'un sentier touristique
- Organisation d'une sortie en pirogue sécurisée

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- Avoir un excellent sens du contact, savoir se rendre d
- Connaître la forêt,
- Connaître l'histoire et les cultures locales
- Avoir un bon niveau en langues étrangères

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Léopold ELFORT à Mana

Niveau d'admission requis:
3ème générale

CAP Agent polyvalent de restauration



LE MÉTIER PRÉPARÉ : AGENT POLYVALENT DE RESTAURATION

L'agent de restauration sait préparer, mettre en portion, emballer, conserver et servir des plats cuisinés simples. Il nettoie les locaux, le matériel et la vaisselle.

Selon l'endroit où il travaille, il conseille le client, le sert et encaisse son règlement.

Il peut travailler dans les cantines des entreprises, des établissements scolaires, des hôpitaux, des centres de loisirs, dans les fast-food, les boulangeries, les cafétérias...

Il peut également être employé dans les entreprises de fabrication de plateaux repas.

Il travaille toujours debout. Il faut travailler vite et garder le sourire.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- cuisiner des plats simples : salades composées, viandes en sauce, poissons...
- connaître les aliments et leur rôle sur la santé,
- étudier les microbes et les risques de transmission des maladies,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être rapide,
- être attentif à l'hygiène et à la propreté,
- être souriant et poli,
- aimer les contacts avec des clients,
- savoir rester calme.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée,
- les allergies de contact à certains produits alimentaires et/ou certains produits d'entretien.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Lumina SOPHIE à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- chaussures de sécurité de cuisine,
- un pantalon et une veste de cuisine,
- un tablier,
- une coiffe de cuisine,
- une paire de gants de ménage.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 120 euros.

CAP Charcutier-traiteur



LE MÉTIER PRÉPARÉ : CHARCUTIER-TRAITEUR

Le charcutier-traiteur peut exercer son activité en magasin artisanal, en entreprise de charcuterie industrielle, dans une grande surface ou dans la restauration, surtout collective, voire dans l'hôtellerie.

Il réalise tous les traitements de la viande de porc : découpage et préparation en vue de la vente, confection de produits crus ou cuits (jambons, pâtés, saucissons...).

Il sait aussi travailler d'autres matières premières : volailles, poissons, légumes...

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre :

- à connaître les matières premières et les matériels ;
- à découper et désosser des carcasses,
- à trier et répartir des morceaux,
- à maîtriser les différentes opérations culinaires : cuisson, fumage, saumure, salaison et conservation;
- à connaître la prévention des accidents ;
- à stocker les produits ;
- à approvisionner le magasin ;
- les sciences appliquées aux équipements, à l'alimentation et à l'hygiène ;
- à connaître l'entreprise et l'environnement économique, juridique et social.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- avoir une bonne résistance physique
- respecter l'hygiène et la propreté
- être organisé
- être disponible
- être adroit de ses mains

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques empêchant la station debout prolongée ainsi que le port de charges
- les allergies au contact de certains produits alimentaires ou produits d'entretien.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Léopold ELFORT à Mana

Quel est le matériel à prévoir ?

- une veste de cuisine,
- un pantalon de cuisine,
- un tablier,
- des chaussures de sécurité de cuisine,
- un calot ou une coiffe,
- un grand couteau éminceur, un petit couteau d'office, et un économe.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Poissonnier



LE MÉTIER PRÉPARÉ : POISSONNIER

Le poissonnier a une connaissance des produits de la mer. Il maîtrise les méthodes de conservation (réfrigération, salage, fumage...), connaît les techniques de préparation et de transformation des produits aquatiques (fileter, mettre en pavé, préparer en papillote...). Enfin, il réalise l'étalage, accueille et conseille la clientèle.

Le titulaire de ce CAP peut être commis poissonnier ou employé de marée. Il peut également devenir ouvrier professionnel qualifié. Il exerce dans les poissonneries artisanales, en grande ou moyenne surface, dans les entreprises de mareyage ou dans les ateliers de transformation des produits de la mer.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre :

- connaissance des secteurs : pêche, circuits de distribution, entreprises de transformation, évolution du métier ;
- connaissance des produits : espèces des poissons et fruits de mer, constitution des aliments et nutrition ;
- préparation et transformation : vidage, écaillage, dépeçage, filetage, tranchage, ouvrir et présenter les coquillages, préparations culinaires simples ;
- approvisionnement, vente : achat des produits, contrôle de l'état de fraîcheur, inventaire, facture, prix, conseil à la clientèle, mise en place d'un étalage attrayant ;
- équipements et locaux professionnels : chambres froides, conservateurs, appareils électriques (machine à dépeçer...), traitement des déchets, hygiène et sécurité ;
- préparation traiteur : cuisson, fonds, sauces...

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- avoir une bonne résistance physique
- respecter l'hygiène et la propreté
- être organisé
- être disponible
- être adroit de ses mains

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques empêchant la station debout prolongée ainsi que le port de charges
- les allergies au contact de certains produits alimentaires ou produits d'entretien.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Léopold ELFORT à Mana

Quel est le matériel à prévoir ?

- une veste de cuisine,
- un pantalon de cuisine,
- un tablier,
- des chaussures de sécurité de cuisine,
- un calot ou une coiffe,
- un grand couteau éminceur, un petit couteau d'office, et un économe.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Cuisine



LE MÉTIER PRÉPARÉ : CUISINIER - CUISINIÈRE

Le cuisinier doit faire les menus et réaliser les plats qui seront servis aux clients du restaurant. Il doit présenter les plats en arrangeant les couleurs pour les rendre encore plus appétissants. Il doit également entretenir son matériel et faire attention à ce que la cuisine soit toujours propre.

On peut lui demander de s'occuper de prévoir les achats d'aliments et de déterminer les quantités à acheter en fonction du nombre de clients attendus, de la saison...

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- cuisiner les viandes, les poissons, les légumes... pour réaliser des plats chauds ou froids,
- présenter les assiettes avec une jolie décoration,
- utiliser les techniques de cuisson et de remise à température,
- faire des bons de commandes, de réception et de stockage de la marchandise,
- calculer des coûts de revient,

Tu vas également devoir étudier les microbes et les risques de contamination.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer faire la cuisine,
- avoir une bonne résistance physique (il faut toujours travailler debout, on est exposé à la chaleur des fourneaux et au froid des chambres froides),
- ne pas avoir peur de travailler tôt le matin et tard le soir,
- accepter de travailler le week-end et les jours fériés,
- savoir travailler rapidement avec de l'ordre et de la méthode,
- être très attentif à tout ce qui touche à l'hygiène et la propreté.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques empêchant la station debout prolongée ainsi que le port de charges,
- les allergies au contact de certains produits alimentaires ou produits d'entretien.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- une veste de cuisine,
- un pantalon de cuisine,
- un tablier,
- des chaussures de sécurité de cuisine,
- un calot ou une coiffe,
- un grand couteau éminceur, un petit couteau d'office, et un économe.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Commercialisation et
services en
hôtel-café-restaurant



LE MÉTIER PRÉPARÉ : SERVEUR - SERVEUSE

Le titulaire de ce CAP contribue au confort et au bien-être de la clientèle de l'établissement.

En restauration-café-brasserie, elle est chargée d'accueillir les clients, de prendre les commandes, de préparer et servir un petit déjeuner, servir les plats et les boissons. Elle réalise des préparations et se charge de la présentation de certains mets (entrée froide, plateau de fromage, etc.). Le titulaire de ce diplôme peut être amené à s'occuper des préparations comme le découpage ou le flambage et à réaliser des boissons (apéritifs, cocktails ou boissons chaudes).

En hôtellerie, il est capable par exemple, de mettre en place le chariot d'étage, faire un lit ou une chambre, d'assurer un room-service ou d'entretenir une salle de bain. Le diplômé exerce les fonctions de valet de chambre, d'employé d'étage, de serveur, garçon de café, etc. Après une expérience professionnelle, il pourra accéder progressivement à des postes à responsabilité.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- participer à la réception des marchandises,
- mise en place et service en restauration traditionnelle ou brasserie,
- dresser des buffets,
- élaborer des préparations de base,
- accueillir la clientèle,
- assurer les prestations d'hôtellerie...

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

être en bonne condition physique car il faut rester debout pendant toute la durée du service

être d'accord pour travailler tard le soir, pendant les week-ends et les jours fériés

être rapide et adroit

être souriant et poli

savoir s'exprimer de façon correcte à l'oral

être propre et soigneux

avoir une bonne mémoire pour retenir les commandes

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

toutes difficultés physiques empêchant la station debout prolongée

- les allergies aux produits d'entretien

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

CAP

PÂTISSIER



LE MÉTIER PRÉPARÉ : PÂTISSIER—PÂTISSIÈRE

Le titulaire de ce CAP sait préparer les pâtisseries et organiser leur fabrication. Ainsi, il sait gérer les stocks de produits, fabriquer les pâtes, les crèmes, décorer les desserts, les présenter et les décrire. Il travaille comme ouvrier de production en pâtisserie artisanale, restaurant traditionnel ou collectif, en entreprise industrielle ou dans la grande distribution. Il pourra, avec une solide expérience professionnelle, s'installer à son compte.

Artisan ou salarié, ses journées de travail commencent très tôt. Et il ne connaît ni dimanches ni jours fériés. Ce sont même pour lui des jours d'intense activité, où il croule sous les commandes : gâteaux d'anniversaire, bûches de Noël et œufs de Pâques lui permettent de « doper » son chiffre d'affaires. L'artisan pâtissier n'hésite pas à faire office de chocolatier-confiseur ou de glacier-sorbetier.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre :

- La préparation et la cuisson des pâtes
- La préparation des crèmes et des chocolats
- Le montage, le lissage et le glaçage des gâteaux

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être en bonne condition physique car il faut se lever tôt et rester debout de nombreuses heures
- être d'accord pour travailler tôt le matin, pendant les week-ends et les jours fériés
- être habile manuellement
- avoir un goût développé
- avoir des qualités artistiques et créatives pour décorer les gâteaux
- être propre et soigneux

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

toutes difficultés physiques empêchant la station debout prolongée

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

Outre les petits commerces de quartier, des débouchés existent dans les rayons pâtisserie des grandes surfaces, voire les industries agroalimentaires.

CAP

Maintenance des matériels

Option : matériels d'espaces verts



LE MÉTIER PRÉPARÉ : MÉCANICIEN RÉPARATEUR-MÉCANICIENNE RÉPARATRICE

Le mécanicien réparateur en matériel de parcs et jardins, entretient et répare des motoculteurs, des tondeuses, des débroussailluses, des tronçonneuses...

Il doit être capable de trouver les causes de panne, il échange ou répare les pièces. Il fait des vidanges, des graissages, des réglages. La maintenance des motoculteurs, tondeuses, taille-haies et tronçonneuses constitue le cœur de l'activité de l'agent titulaire de l'option matériels de parcs et jardins.

Il peut être amené à être en contact avec la clientèle.

Il peut travailler dans une entreprise de maintenance, de location ou de distribution de matériels agricoles, une entreprise de parcs et jardins, de bâtiment, de travaux publics ou de manutention.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- lire des schémas,
- connaître le fonctionnement des matériels : régulation thermique des moteurs, freinage, embrayage...
- faire du traçage, du perçage et de la soudure de métaux,
- réparer des pièces défectueuses,
- chercher les causes des pannes,
- remettre en service les matériels,
- connaître les risques du métier et respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer la mécanique de précision,
- aimer réparer,
- être méthodique, réfléchi, minutieux et habile de ses mains,
- être propre et soigneux,
- aimer le contact avec les clients.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges,
- toutes difficultés physiques rendant pénibles les positions « courbé, à genoux, couché... »,
- les allergies à certains produits ou matériaux (colle, plastique...).

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond Tarcy à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros.

CAP

Mécanicien en maintenance des véhicules

option : motocycles



LE MÉTIER PRÉPARÉ : MÉCANICIEN RÉPARATEUR-MÉCANICIENNE RÉPARATRICE

Le réparateur de motocycles entretient et répare les deux roues : motos, scooters, cyclomoteurs... En fonction de la panne, il peut démonter l'ensemble de ce qui ne fonctionne pas correctement le remettre en état ou le remplacer si nécessaire. Il s'occupe également des révisions : vidanges, contrôle des freins...

Il est de plus en plus souvent amené à vendre des accessoires (casques, gants...) et à conseiller la clientèle.

Il travaille parfois dans des positions inconfortables et peut commencer tôt le matin et terminer tard le soir.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- accueillir le client, à le conseiller sur l'achat d'un véhicule, à lui expliquer ce qu'il va faire sur le véhicule,
- organiser un poste de travail en respectant les règles de sécurité,
- réaliser les opérations de révision et de maintenance sur les deux roues,
- identifier les causes des pannes,
- réaliser des tests,
- réparer des pannes simples,
- effectuer les réglages de base
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer la mécanique,
- aimer démonter, réparer,
- être capable de faire des travaux avec grande précision,
- ne pas avoir peur de se salir les mains,
- être respectueux des consignes de sécurité,
- être sérieux et avoir le sens des responsabilités.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges,
- toutes difficultés physiques rendant pénibles les positions « courbé, à genoux, couché... ».

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros.

CAP

Mécanicien en maintenance des véhicules

option : véhicules particuliers



LE MÉTIER PRÉPARÉ : MÉCANICIEN RÉPARATEUR-MÉCANICIENNE RÉPARATRICE

Le mécanicien entretient les véhicules à moteur : il fait les vidanges, démonte des pièces, contrôle les niveaux, règle le carburateur, le ralenti... bref, il sait faire toutes les réparations et opérations courantes. Quand un client lui amène un véhicule, il peut déterminer d'où vient une panne simple, la réparer et régler les organes mécaniques. Le chef mécanicien lui indiquera les opérations plus complexes à effectuer. Il doit être très attentif à la qualité de son travail car une voiture mal réparée peut être à l'origine d'accidents. Il travaille dans un garage, souvent dans le bruit et les courants d'air.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- accueillir un client et à le renseigner sur ce qui va être fait sur son véhicule,
- organiser ton poste de travail en respectant les règles de sécurité,
- identifier les causes des pannes,
- réaliser des tests,
- réparer des pannes simples,
- réaliser les opérations de révision et de maintenance (vidange, freins, niveaux...), à effectuer les réglages de base
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer la mécanique,
- aimer démonter, réparer,
- être capable de faire des travaux avec précision,
- ne pas avoir peur de se salir les mains,
- être respectueux des consignes de sécurité,
- être sérieux et avoir le sens des responsabilités.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges,
- toutes difficultés physiques rendant pénibles les positions « courbé, à genoux, couché... ».

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Carreleur mosaïste



LE MÉTIER PRÉPARÉ : CARRELEUR-CARRELEUSE MOSAÏSTE

Le carreleur-mosaïste installe différents carrelages et revêtements sous forme de dalles ou de carreaux en grès, porcelaine, marbre, pierre, ardoise, plastique, faïence, asphalte, pâte de verre... Il lui arrive également de réaliser ou de restaurer des fresques.

Il peut être amené à conseiller ses clients sur le choix des matériaux et des couleurs et à établir un devis en fonction de la surface à couvrir et la complexité de la tâche, puis estimer la durée des travaux.

Si les surfaces ne sont pas planes, il les rectifie avant de commencer la découpe et la pose des carreaux ou des mosaïques. Il peut alors carreler avec des matériaux de série ou réaliser une composition originale d'après une ébauche qu'il aura proposée au client.

Il travaille aussi bien chez les particuliers que dans les logements collectifs et les équipements publics.

Le carreleur-mosaïste est toujours en déplacement sur les chantiers ou chez ses fournisseurs.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- connaître les différentes techniques de pose (scellée, collée...), les différents revêtements : céramiques, grès, terres cuites, mosaïques, faïences...
- couper le carrelage proprement, sans le casser, à faire une bonne répartition des carreaux sur la surface, à réaliser les joints,
- choisir le matériau en fonction de l'ouvrage à réaliser,
- lire un plan d'architecte, un dessin d'ensemble ou de détail...
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être habile de ses mains,
- être méthodique et réfléchi,
- être propre et soigneux,
- avoir du goût,
- être précis et patient.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant pénibles les positions « courbé, à genoux, couché... » et/ou le port de charges,
- les allergies à certains produits ou matériaux (colle, ciment)

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

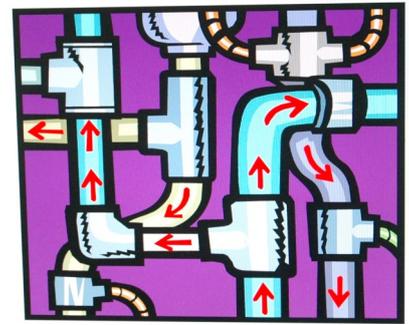
Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Monteur en installations sanitaires



LE MÉTIER PRÉPARÉ : PLOMBIER-PLOMBIÈRE

Le plombier installe les tuyauteries, pose et fait fonctionner les lavabos, les baignoires, les robinets... Il raccorde des appareils comme les machines à laver ou les lave-vaisselles par exemple. Il intervient également en cas de fuites d'eau, de problème de robinetterie, d'éviers ou de sanitaires bouchés.

Le plombier peut réaliser des travaux neufs ou bien être chargé de réparer ou de maintenir les installations en bon état dans ce cas, il surveille l'état des appareils, les nettoie, remplace les pièces usées : il fait en sorte que les appareils ne tombent pas en panne ou ne provoquent pas d'accident.

Ses activités sont très variées. Il travaille dans des positions parfois inconfortables : courbé, à genoux, couché... et doit parfois déplacer des objets lourds

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- lire un plan,
- tracer des schémas,
- réaliser des installations,
- raccorder des appareils,
- découper et à mettre en forme des tuyaux,
- te servir de coupe-tube, de pinces à cintrer, de chalumeau,
- reconnaître et à utiliser les différents matériaux : acier, inox, cuivre, aluminium, pvc...
- faire un peu d'électricité et de maçonnerie,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être en bonne forme physique : avoir de la force et être souple,
- être habile de ses mains,
- être méthodique et réfléchi,
- être propre et soigneux,
- être précis et patient.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant pénibles les positions « courbé, à genoux, couché... »,
- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée,
- allergie à certains produits ou matériaux (colle, plastique...)

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 200 euros.

CAP

Maçon



LE MÉTIER PRÉPARÉ : MAÇON-MAÇONNE

Le maçon bâtit des maisons individuelles et des immeubles. Il construit les fondations, les dalles, les murs, les conduits et les réseaux de canalisations.

Selon le travail à faire, il peut utiliser des gestes, des outils et des matériaux qui existent depuis très longtemps : c'est ce que l'on appelle les techniques traditionnelles qui peuvent varier d'une région à l'autre. Pour réaliser des ouvrages en béton armé : il fabrique un coffrage (moule), il place et attache les armatures métalliques puis il le coule le béton dans le coffrage.

Il peut être amené à utiliser des machines qui mélangent et projettent le béton ou des engins mécaniques qui portent les plaques de bétons préfabriquées par exemple.

Le maçon doit toujours penser à sa sécurité et à celle du chantier.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- préparer et organiser ton travail, c'est-à-dire : savoir lire un plan, choisir les outils et les matériaux,
- connaître les différents types de béton, les ciments, les enduits...
- calculer les quantités nécessaires,
- utiliser les outils à mains : truelle, fil à plomb... et les outils mécaniques : bétonnières, élévateurs...
- faire des maçonneries, installer des armatures, préparer un coffrage, poser un enduit...
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- ne pas avoir peur de travailler dehors par tous les temps,
- être en bonne condition physique et ne pas avoir le vertige,
- être prudent,

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou difficile la station debout prolongée et/ou le port de lourdes charges,
- allergie à certains produits ou matériaux (colle, ciment...)

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.



LE MÉTIER PRÉPARÉ : AGENT DE MAINTENANCE-AGENT D'ENTRETIEN

L'agent de maintenance exerce son activité dans les bâtiments gérés par des collectivités (communes, hôpitaux, entreprises, complexes touristiques...). Il peut intervenir sur :

- les structures fixes du gros œuvre (matériaux des murs sols) et second œuvre (revêtements, couverture)
- les structures mobiles (ouvertures, mobilier)
- les réseaux et appareillages concernant la plomberie, le chauffage, l'électricité.

Il peut se voir confier des travaux de maintenance préventive : vérification, contrôle, entretien. En cas de dysfonctionnement, il est capable de localiser la panne et d'en évaluer la gravité. Il est à même de procéder aux réparations n'impliquant pas de modification technique, de remplacer un élément défectueux, de transmettre des informations à sa hiérarchie. Il doit tenir à jour les fiches d'entretien.

Ce professionnel connaît les différents matériaux et matériels, les modalités de leur mise en œuvre ou de leur installation, les causes de vieillissement et de panne. Par ailleurs, il maîtrise les techniques de contrôle.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- lire des documents techniques (plans, notice de montage, mode d'emploi...)
- connaître les différentes parties qui constituent un bâtiment (réseau électrique, réseau d'eau potable, toiture, menuiseries, revêtements muraux et de sol, vitrerie...) et leur fonction,
- trouver les raisons d'un mauvais fonctionnement et y remédier,
- connaître les différents matériaux qui serviront aux différents travaux de dépannage ou de réfection,
- vérifier, contrôler le bon fonctionnement et le bon état des installations,
- organiser, planifier leur intervention en respectant les règles de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- avoir le goût pour les métiers du bâtiment, aimer réparer,
- être en bonne condition physique,
- être sérieux et soigneux,
- savoir respecter les consignes de sécurité,
- aimer le travail d'équipe.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges
- les allergies à certains produits ou matériaux (colle, plastique...).

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros.

CAP Peintre applicateur de revêtements



LE MÉTIER PRÉPARÉ : PEINTRE EN BÂTIMENT

Le peintre en bâtiment pose divers revêtements sur les murs, les façades ou les plafonds. Il peut s'agir de peinture, de papier peint, de moquette, de plastique, de plaque de liège...

Il installe le chantier : il met en place les échafaudages, les tréteaux ou l'échelle, protège les meubles et le sol. Avant d'appliquer le revêtement, il prépare les surfaces (lavage, ponçage, pose d'enduit...) pour qu'elles soient lisses et propres.

Il sait également poser des revêtements de sol (lino, parquet...), des boiseries...

Il doit savoir conseiller le client.

Il peut travailler debout ou à genoux, en hauteur, dehors par tous les temps... en fonction du chantier.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- lire un plan,
- calculer les quantités de matériel (peinture, papier peint...) nécessaires,
- préparer les surfaces : reboucher les fissures, poncer, poser un enduit,
- poser différents revêtements,
- étudier et utiliser différents types de produits : peinture, vernis, solvants...
- connaître les pigments et leur utilisation pour les colorations,
- mélanger les couleurs, les associer,
- utiliser le matériel et les produits en toute sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- avoir une bonne vision des couleurs,
- avoir du goût,
- être précis et soigneux,
- être en bonne forme physique et ne pas avoir le vertige,
- savoir écouter,
- être autonome.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges,
- les allergies à certains produits ou matériaux (colle, plastique...).

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond Tarcy à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros.

CAP

Charpentier bois



LE MÉTIER PRÉPARÉ : CHARPENTIER-CHARPENTIÈRE

Le charpentier travaille dans une entreprise de charpente ou de construction de maisons ou de bâtiments à ossature bois.

L'ossature d'un bâtiment, c'est l'ensemble des pièces qui lui permettent de tenir debout.

Dans l'atelier, il construit des charpentes, des poutres, des planchers, des escaliers...

A partir d'un plan, il fait les tracés de la pièce à réaliser. Ensuite, il découpe et assemble les éléments grâce à des machines spéciales. Il utilise toutes sortes de bois mais également des matériaux dérivés du bois : le lamellé collé, le contreplaqué, les panneaux de particules...

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- lire un plan,
- faire des croquis,
- connaître les techniques que l'on utilise pour tracer, découper, poser et assembler les pièces,
- utiliser et entretenir différentes machines,
- reconnaître et utiliser différentes sortes de bois et dérivés,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer le calcul et la géométrie,
- être en bonne forme physique et ne pas avoir le vertige,
- être prudent,
- respecter les règles de sécurité,
- être précis et minutieux.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges,
- les allergies à certains produits ou matériaux (colle, sciure, plastique...),
- les allergies à la poussière.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- un casque anti-bruit,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Menuisier : fabricant de menuiserie, mobilier et agencement



LE MÉTIER PRÉPARÉ : MENUISIER-MENUISIÈRE FABRICANT-FABRICANTE DE MENUISERIE

Le menuisier fabricant fait des portes, des fenêtres, des volets, des comptoirs, des présentoirs... pour des maisons, des magasins ou des bureaux. Il travaille dans un atelier. Il étudie les plans de ce qu'il va fabriquer. Il choisit le bois ou d'autres matériaux (plastique, aluminium...), fait les tracés, découpe, rabote, ponce et assemble les éléments grâce à des machines spéciales. Dans certains cas, il doit installer et fixer les éléments fabriqués sur un chantier.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- faire du dessin industriel,
- lire des plans,
- comprendre et à réaliser les différentes étapes de la fabrication,
- reconnaître et utiliser les différents types de bois,
- régler et à entretenir les machines que tu devras utiliser,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer le calcul et la géométrie,
- avoir des gestes précis et minutieux,
- aimer travailler sur des machines,
- être prudent et respecter les consignes de sécurité.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges,
- les allergies à certains produits ou matériaux (colle, sciure, plastique...),
- les allergies à la poussière.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- un casque anti-bruits
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Employé de commerce multi-spécialités



LE MÉTIER PRÉPARÉ : EMPLOYÉ(E) DE COMMERCE

L'employé de commerce multi-spécialités peut être employé de rayon, de libre-service, caissier dans un supermarché. Il travaille sous la responsabilité d'un chef de rayon ou du responsable du point de vente. Dans la réserve, il réceptionne la marchandise. Dans le magasin, il met ou remet les produits en rayon et les étiquette. Dans certains cas, il renseigne le client.

Il travaille debout toute la journée, se déplace beaucoup et peut avoir à porter ou à déplacer de lourdes charges.

Ses horaires sont variables : il peut travailler très tôt le matin, tard le soir, le samedi parfois le dimanche et les jours fériés.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- tenir une réserve : mettre en stock les produits, contrôler leur date de péremption, leur mode de conservation,
- réaliser des inventaires : toujours savoir si un produit est disponible ou pas, quelle quantité il reste, commander les produits manquants,
- manipuler, emballer, expédier, mettre en magasin en toute sécurité: c'est ce que l'on appelle manutentionner la marchandise
- utiliser le matériel adapté : chariots, diables, transpalettes...
- approvisionner les rayons,
- présenter les produits pour que le regard du client soit attiré : c'est ce que l'on appelle les règles de merchandising,
- à communiquer avec les clients,
- à tenir une caisse enregistreuse.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être en bonne forme physique,
- être souriant, aimer parler et conseiller,
- savoir écouter,
- être propre et soigneux
- être rigoureux et sérieux

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

CAP

Employé de vente spécialisé



LE MÉTIER PRÉPARÉ : EMPLOYÉ-EMPLOYÉE DE VENTE SPÉCIALISÉ(E)

L'employé de vente spécialisé accueille et informe le client, lui présente les produits et le conseille. Il est là pour aider le client à faire son choix en lui présentant les produits qui pourraient lui convenir. Il doit donc parfaitement connaître ses produits et savoir écouter les clients pour pouvoir leur répondre le mieux possible.

Il réceptionne également la marchandise, met ou remet les produits en place et les étiquettes.

Il travaille dans les boutiques, les petites, moyennes ou grandes surfaces spécialisées (magasin de meubles, d'électroménager, d'articles de sport, droguerie...). Il est debout et en contact avec la clientèle toute la journée. Il doit travailler le samedi et parfois même le dimanche et les jours fériés.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre :

- les caractéristiques des différents produits,
- à réceptionner et stocker la marchandise,
- à utiliser le matériel qui sert à emballer, expédier, mettre en magasin c'est ce que l'on appelle le matériel de manutention : chariots, diables, transpalettes.
- les techniques de vente et de commercialisation :
 - aménagement d'un point de vente,
 - disposition des produits,
 - étiquetage,
 - signalisation
- les techniques de communication avec le client.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer être en relation avec les personnes,
- savoir se montrer aimable,
- être souriant et poli,
- savoir rester calme en face de personnes énervées ou agressives,
- savoir écouter,
- être propre et soigneux,
- être sérieux

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Option : produits d'équipement courant
Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

Option : produits alimentaires

Option : services à la clientèle

Au LPO Léopold ELFORT à Mana



LE MÉTIER PRÉPARÉ : ÉLECTRICIEN-ÉLECTRICIENNE D'ÉQUIPEMENT

L'électricien d'équipement est un ouvrier spécialisé dans les installations électriques des logements, des bureaux, des commerces, des hôpitaux et des entreprises industrielles. Il installe aussi les réseaux de communication informatique et téléphonique, et les équipements à commande automatique: portails, détecteurs. Après avoir pris connaissance des plans d'installation, il pose les câbles qui transportent l'électricité entre les tableaux électriques et les prises, qui seront fixées par la suite. Il est souvent contraint de préparer des tranchées, de poser des armoires électriques et des chemins de câbles au-dessus des plafonds ou le long des murs. Il effectue tous les raccordements, puis, avant de mettre le système sous tension, il procède à des essais et des réglages. Responsable de ses installations, il doit en assurer la maintenance et effectuer les réparations nécessaires.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- installer, mettre en service, entretenir et réparer des équipements, principalement en basse tension,
- réaliser les installations électriques des logements individuels ou collectifs, des locaux tertiaires, agricoles ou industriels,
- construire des équipements industriels : coffrets et armoires destinés au contrôle et aux commandes d'automatismes,
- poser et raccorder les réseaux de distribution d'énergie électrique comme par exemple l'éclairage public et la signalisation urbaine.
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- aimer lire les schémas,
- être soucieux des consignes de sécurité,
- être attentif, précis, sérieux,
- savoir rester concentré.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée,
- toutes difficultés physiques rendant pénibles les positions « courbé, à genoux, couché... ».

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LP Raymond TARCY à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- un bleu de travail,
- une paire de chaussures de sécurité,
- divers outils

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Agent de propreté et d'hygiène



LE MÉTIER PRÉPARÉ : AGENT DE PROPRETÉ OU D'ENTRETIEN

L'agent de propreté ou d'entretien assure le nettoyage de différents locaux : bureaux, grands magasins, hôpitaux, établissements scolaires, ateliers...

Il fait le nettoyage courant : lavage, lustrage et assure également les travaux de remise en état : décapage, ponçage, désinfection. Il utilise diverses machines et de nombreux produits chimiques.

Il peut avoir des horaires décalés car il est amené à travailler en dehors des heures d'ouverture : la nuit, tôt le matin ou tard le soir. Il doit se déplacer car il a souvent plusieurs lieux de travail.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- choisir la technique de nettoyage la plus adaptée au travail à effectuer,
- connaître les différents types de matériaux et de revêtements,
- connaître et utiliser les caractéristiques des différents produits de nettoyage,
- utiliser les différentes machines : monobrosse, autolaveuse, canon à mousse...
- connaître les microbes et les risques de contamination,
- éliminer les microbes en utilisant les produits et les techniques qui conviennent,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Lumina SOPHIE à Saint-Laurent

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être résistant et en bonne forme physique,
- être soucieux de la propreté et de l'hygiène,
- être attentif aux règles de sécurité,
- être méthodique et soigneux.

Quel est le matériel à prévoir ?

- une paire de chaussures de sécurité,
- une blouse de ménage,
- des gants de ménages.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée et/ou le port de charges et/ou l'utilisation de machines,
- les allergies à certains produits d'entretien et/ou aux poussières.

CAP

Assistant technique en milieu familial et collectif



LE MÉTIER PRÉPARÉ : ASSISTANT-ASSISTANTE TECHNIQUE EN MILIEU FAMILIAL ET COLLECTIF

L'assistant technique en milieu familial et collectif peut être aide à domicile, aide ménagère, assistant de vie, agent d'entretien, employé de restaurant, agent hospitalier...

Il prépare et distribue les repas, nettoie les locaux, le linge et les vêtements.

Il travaille dans les hôpitaux, les maisons de retraites, les cantines, les centres de loisirs... et chez les particuliers.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre à :

- connaître les microbes, les parasites et les risques de transmission des maladies chez les personnes, dans la nourriture, les locaux, le linge...
- préparer des plats simples,
- connaître les aliments et leur rôle pour la santé,
- entretenir des locaux, des vêtements, du linge,
- choisir les bons produits d'entretien en fonction du travail à faire,
- établir de bonnes relations avec les personnes,
- connaître les risques du métier et à respecter les consignes de sécurité.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être attentif à l'hygiène et à la propreté,
- être souriant et aimer être en contact avec d'autres personnes,
- être poli et savoir rester calme,
- savoir écouter.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant pénible la station debout prolongée,
- allergie à certains produits d'entretien.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Lumina SOPHIE à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- une paire de chaussures de sécurité de cuisine,
- un pantalon et une veste de cuisine,
- un tablier,
- une coiffe de cuisine,
- une paire de gants de ménage,
- une blouse de ménage,
- une paire de sabots,
- un nécessaire de couture.

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 150 euros.

CAP

Accompagnant éducatif petite enfance



LE MÉTIER PRÉPARÉ : ASSISTANT MATERNEL-ASSISTANTE MATERNELLE

L'assistant maternel assure l'accueil et la garde des jeunes enfants. Avec les parents et d'autres professionnels, il répond aux besoins fondamentaux de l'enfant et contribue à son développement, son éducation et sa socialisation.

Il assure également l'entretien et l'hygiène des différents espaces de vie de l'enfant.

Il peut exercer sa profession :

- en milieu familial : à son domicile sous réserve d'être agréé ou au domicile des parents,
- en structures collectives : dans les écoles maternelles, halte garderie, centre de loisirs...
- en crèche collective s'il passe plus tard le diplôme d'auxiliaire de puériculture,

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués...

tu vas apprendre :

- l'accueil et la communication,
- l'organisation des activités,
- les réalisations en lien avec les besoins fondamentaux de l'enfant (hygiène, repas, espaces de vie de l'enfant, soins, etc.),
- l'entretien de l'espace de vie.

Au programme des sciences médico-sociales :

- l'enfant et son développement,
- le cadre juridique et institutionnel de l'enfant et de la famille,
- la communication appliquée au secteur professionnel,
- l'organisation générale du corps humain et de ses fonctions,
- les sources nutritionnelles et les aliments,
- l'alimentation de l'enfant.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être dynamique, souriant et aimer être en contact avec les enfants,
- être doux, patient et savoir rester calme,
- savoir communiquer et écouter,
- savoir s'adapter et réagir rapidement
- être habile de ses mains,
- être très soucieux de l'hygiène et de la propreté,
- être prudent et respecter les consignes de sécurité.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant pénibles ou impossible la station debout prolongée ou empêchant de se baisser.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Bertène JUMINER à Saint-Laurent

Quel est le matériel à prévoir ?

- une blouse blanche,
- une paire de chaussures blanches,
- une charlotte,
- un tablier,
- un gant de protection (pour sortir les plats du four)

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 75 euros.

LE MÉTIER PRÉPARÉ : ASSISTANT-ASSISTANTE DE VIE

Ce CAP agricole forme des employés qualifiés en services aux personnes et en accueil-vente en espace rural.

Il permet de travailler dans des magasins traditionnels, des supérettes ou certains commerces qui exercent des activités de services (pharmacies, salons de coiffure, La Poste, banques et assurances) .Ils travaillent aussi sur les marchés et les lieux de tourisme.

Dans le secteur des services aux personnes, le professionnel intervient auprès de nombreux publics : petite enfance, personnes handicapées, personnes âgées ou/et dépendantes. Il est employé à domicile ou dans des structures collectives d'hébergement (de type maisons de retraite, EPHAD, foyer-logement...) ainsi que dans des garderies, établissements scolaires, hôpitaux de jour...

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre à :

- Organiser ton travail
- Maîtriser des savoir-faire simples dans les domaines de l'aide à la personne, de la cuisine, de la vente et de la commercialisation.

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être aimable et souriant,
- être patient,
- être disponible pour les autres,
- savoir rester calme.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station debout prolongée ,
- les allergies à certains produits d'entretien.

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

A la Maison Familiale et Rurale d'Apatou

CAP Métiers de la mode Vêtement flou



LE MÉTIER PRÉPARÉ : COUTURIER-COUTURIÈRE

Le titulaire de ce diplôme est un opérateur intervenant dans la réalisation de produits textiles. Il travaille selon la technique du "flou" afin de réaliser des vêtements souples et déstructurés, par opposition à la réalisation tailleur.

Cet ouvrier qualifié exerce dans des grandes entreprises, des PME ou des entreprises artisanales qui ont une activité dans le prêt-à-porter, le moyen et haut de gamme.

Son activité principale consiste à fabriquer tout ou partie d'un produit (coupe, assemblage, repassage, finition). Il décrypte des données techniques pour la réalisation d'un vêtement (patrons, plans de coupe). Il organise le poste de travail pour le piquage ou la finition. Il assure une maintenance simple du matériel. Il contrôle la réalisation du produit fini.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre :

- toutes les étapes liées à la création d'un vêtement : prendre des mesures, définir la forme du vêtement, choisir le tissu, dessiner un patron, assembler les pièces, procéder aux essayages, rattraper un travail mal fait, réaliser les finitions,
- à utiliser, entretenir et régler les machines : machine à coudre, surfileuse, fer à vapeur, presse à thermocoller...
- à connaître les différents matériaux : les différents types de tissus, de décoration...
- les techniques d'entretien

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être soigneux, précis et adroit,
- avoir une bonne vue,
- avoir un certain sens artistique,
- savoir écouter,
- savoir se rendre disponible pour les clients.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station assise prolongée,
- des problèmes de vue importants

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Léopold ELFORT à Mana

Quel est le matériel à prévoir ?

- un dé à coudre, 1 découd vite,
- un mètre ruban,
- un pistolet (Cayenne)
- des épingles, des aiguilles,
- une craie à tissu, une gomme à craie,
- une paire de ciseaux,
- une réglette

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros

CAP Métiers de la mode Vêtement tailleur



LE MÉTIER PRÉPARÉ : COUTURIER-COUTURIÈRE

Le titulaire de ce diplôme est un opérateur intervenant dans la réalisation de produits textiles. Il travaille selon la technique du " tailleur " afin de réaliser des vêtements structurés et près du corps, par opposition à la réalisation du flou.

Cet ouvrier qualifié exerce dans des grandes entreprises, des PME ou des entreprises artisanales qui ont une activité dans le prêt-à-porter, le moyen et haut de gamme.

Son activité principale consiste à fabriquer tout ou partie d'un produit (coupe, assemblage, repassage, finition). Il décrypte des données techniques pour la réalisation d'un vêtement (patrons, plans de coupe). Il organise le poste de travail pour le piquage ou la finition. Il assure une maintenance simple du matériel. Il contrôle la réalisation du produit fini.

LA FORMATION :

Durant deux années, en plus des cours de français, mathématiques, histoire-géographie, langue vivante, EPS, arts appliqués... tu vas apprendre :

- toutes les étapes liées à la création d'un vêtement : prendre des mesures, définir la forme du vêtement, choisir le tissu, dessiner un patron, assembler les pièces, procéder aux essayages, rattraper un travail mal fait, réaliser les finitions,
- à utiliser, entretenir et régler les machines : machine à coudre, surfileuse, fer à vapeur, presse à thermocoller...
- à connaître les différents matériaux : les différents types de tissus, de décoration...
- les techniques d'entretien

POUR RÉUSSIR, MIEUX VAUT :

- être soigneux, précis et adroit,
- avoir une bonne vue,
- avoir un certain sens artistique,
- savoir écouter,
- savoir se rendre disponible pour les clients.

CONTRE-INDICATIONS MÉDICALES :

- toutes difficultés physiques rendant impossible ou pénible la station assise prolongée,
- des problèmes de vue importants

Où préparer ce CAP dans l'Ouest ?

Au LPO Léopold ELFORT à Mana

Quel est le matériel à prévoir ?

- un dé à coudre, 1 découd vite,
- un mètre ruban,
- un pistolet (Cayenne)
- des épingles, des aiguilles,
- une craie à tissu, une gomme à craie,
- une paire de ciseaux,
- une réglette

Pour acheter le matériel nécessaire, il faut prévoir environ 100 euros