

IMPORTANT POUR RÉUSSIR

CE QUI COMPTE VRAIMENT AU CFA

- Sois ponctuelle et prête à apprendre.
- Reste concentré·e, même quand c'est difficile.
- Pose des questions si tu ne comprends pas.
- Respecte ton formateur·trice et tes camarades.
- Apporte ton matériel, sois organisé·e.
- Travaille en équipe : tu n'es pas seule.

CE QUI COMPTE VRAIMENT EN ENTREPRISE

- Arrive à l'heure et sois poli·e.
- Montre que tu veux apprendre.
- Observe, écoute, pose des questions.
- Habille-toi correctement (tenue pro exigée).
- En cas d'absence → préviens ton entreprise et ton CFA.
- Si tu es malade → **fais un arrêt de travail !**
- Chaque absence ou retard doit être justifié.

LES DERNIERS CONSEILS

- **Crois en toi**, même si tout n'est pas parfait.
- **Accepte les remarques** : elles t'aident à progresser.
- **Chaque jour compte**, ne baisse pas les bras.
- **Demande de l'aide** quand tu en as besoin.
- Et surtout : reste régulier·e et **motivé·e !**

Tu as le droit de ne pas tout savoir, mais tu dois toujours essayer.
Tu commences un vrai métier. Ta formation, c'est ton tremplin. À toi de jouer !

CAP EPC

LE GUIDE DE SURVIE

Pour bien démarrer ton année au CFA et en entreprise.



LES FREINS

LES OBSTACLES (MAIS TU PEUX LES DÉPASSER)

- **Le stress** → Parle à un adulte de confiance.
- **La fatigue** → Mange bien, dors, repose-toi.
- **Le manque d'organisation** → Utilise un agenda.
- **Les absences injustifiées** → Danger pour ton contrat.
- **Le téléphone** → Apprends à le poser.
- **L'isolement** → Parle, demande de l'aide.



1 Arriver en retard sans prévenir.

2 Ne pas respecter les règles pro.

3 Ne pas écouter les consignes.

4 Croire que l'apprentissage, c'est "comme le lycée".

5 Manquer sans arrêt (et sans arrêt de travail...).

LES PIÈGES À ÉVITER

LES MOMENTS FORTS DE L'ANNÉE

La rentrée → Fais bonne impression.

Les premières semaines → Prends tes marques.

Les évaluations → Elles comptent pour ton diplôme.

Le 1er conseil de classe → On parle de ton travail.

Les rendez-vous avec le tuteur → Pour faire le point.

Les vacances → Vérifie ton planning !

IMPORTANT POUR RÉUSSIR

CE QUI COMPTE VRAIMENT AU CFA

-
-
-
-
-
-
-

CE QUI COMPTE VRAIMENT EN ENTREPRISE



-
-
-
-
-
-
-



LES DERNIERS CONSEILS

Tu as le droit de ne pas tout savoir, mais tu dois toujours essayer. Tu commences un vrai métier. Ta formation, c'est ton tremplin. À toi de jouer !



CAP EPC



LE GUIDE DE SURVIE



Pour bien démarrer ton année au CFA et en entreprise.





LES FREINS

1

2

3

4

5

LES OBSTACLES
(MAIS TU PEUX LES
DÉPASSER)

-

-

-

-

-

-



LES PIÈGES À ÉVITER



LES MOMENTS FORTS DE L'ANNÉE

