

## PRESENTATION GENERALE

### DESCRIPTION<sup>1</sup>

#### LE CADRE

Le Centre d'orientation et de formation professionnelle (COFP) est une unité de formation pour personnes adultes entre 18 et 23 ans présentant une déficience intellectuelle. Il est destiné à promouvoir l'autonomie et favoriser l'insertion professionnelle de l'individu par des apprentissages personnalisés.

Le COFP se situe au cœur du village de St-Légier. Les activités s'effectuent sur ce site ainsi que dans diverses entreprises ou ateliers de la Cité du Genévrier pendant les stages.

Les apprentis se partagent des postes de formation dans trois espaces différents au sein du COFP, à savoir un atelier de développement des compétences professionnelles et techniques, une salle de classe et une salle d'informatique. Neuf places de formation sont disponibles.

La formation se déroule à un taux de 100% (35h/semaine) sur une durée de 3 ans.

L'accompagnement est réalisé par trois maîtres socio-professionnels (MSP) pour un équivalent de 240%.

#### L'ACTIVITE AU COFP

Les enseignements dispensés au COFP privilégient l'expérimentation et la confrontation à la réalité du terrain. Les ateliers s'orientent sur les besoins concrets des apprentis dans leur futur environnement professionnel. Pour chaque élément présenté en théorie, via des fiches explicatives, dossiers et exercices sur tables, est aussi proposée une partie d'expérimentation où l'apprenant pourra mettre en contexte les connaissances acquises (jeux de rôle, simulations, expériences dans des structures publiques externes, etc.). Les activités de groupe sont également préconisées afin d'occasionner des situations d'échanges sociaux (discussions, débats d'idées, partage, jeux, sport, etc.).

De plus, l'apprenti sera amené à effectuer plusieurs stages en atelier et en entreprise durant sa formation.

Les apprentis du COFP suivent un programme d'apprentissage basé sur trois axes :

---

<sup>1</sup> Afin de faciliter la lecture du document, le masculin générique est utilisé pour désigner les genres.

- Métier et orientation professionnelle : définition d'un projet professionnel et développement des connaissances techniques et pratiques ;
- Ateliers de formation : travail sur les aptitudes en lien avec l'autonomie, la communication, la socialisation, le rôle citoyen et l'auto-détermination, ainsi que sur les apprentissages propres au domaine de travail choisi.
- Stages et insertion sur le futur lieu de travail : apprentissages de terrain avec le soutien du MSP.

Les apprentis sont amenés à se déplacer à la Cité du Genévrier pour les repas et sur les lieux de stage ; ceci implique de se déplacer seul et d'utiliser les transports publics.

Les apprentis participent également aux activités liées au fonctionnement de COFP, à savoir les nettoyages, les achats pour les pauses et, une fois par semaine, la confection du repas de midi.

Certaines tâches s'effectuent assises au bureau, d'autres s'exécutent debout en position statique dans l'atelier. Les positions de travail varient régulièrement.

## Focus sur cinq activités effectuées périodiquement par les apprentis

- **Orientation professionnelle** : l'apprenti découvre le monde du travail et les domaines d'emploi, élabore son projet professionnel et se prépare à se présenter à des entreprises pour des stages.
- **Connaissances professionnelles** : l'apprenti apprend les termes techniques, les concepts de sécurité et santé au travail, les codes vestimentaires et travaille les compétences relationnelles appliquées au monde du travail.
- **Apprentissages pratiques** : L'apprenti développe ses compétences pratiques par le maniement des machines et des outils et la remédiation gestuelle.
- **Socialisation et activités transversales** : L'apprenti travaille au développement de ses compétences adaptatives (remédiation socioémotionnelle, autodétermination, alimentation/achat/cuisine, santé, sport et environnement/énergie, remédiation cognitive).
- **Pédagogie et cognition** : l'apprenti développe ses connaissances telles que la compréhension écrite et orale, la production orale, les mathématiques, l'orientation spatio-temporelle, l'informatique et la gestion du portemonnaie et les appliquent à des situations concrètes.

## L'ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

Le COFP se situe au rez-de-chaussée d'un immeuble locatif au centre du village de St-Légier à 5 minutes à pied de l'arrêt de train « La Chiésaz ».

Bien que l'environnement de travail soit généralement calme dans la salle de classe et la salle d'informatique, l'utilisation des machines dans l'atelier lors de certaines activités peut toutefois générer du bruit.

Les apprentis sont amenés à se déplacer d'une salle à l'autre selon leur emploi du temps individuel.

## LE MATERIEL EMPLOYE

Pour exécuter les activités et les apprentissages au COFP, les apprentis sont sollicités à manipuler du matériel très divers :

- Matériel informatique : ordinateurs et tablettes.
- Matériel scolaire : livres, fiches d'exercices, cahiers, classeurs, ...
- Matériel de bureau : perforatrice, crayons, stylos, ...
- Matériels de cuisine : ustensiles de cuisine, éplucheurs, râpes, robots ménagers, four et plaques de cuisson.
- Matériel technique et outillage d'atelier : scie, ponceuse, perceuse à colonne, perceuse manuelle, machine à coudre, ainsi que du matériel créatif et de bricolage.
- Du matériel de ménage : lave-vaisselle et lave-linge, fer à repasser, aspirateur.

## LES ADAPTATIONS PROPOSEES

Au sein du COFP, les apprentis bénéficient d'un accompagnement individuel. Les ateliers sont adaptés au niveau et aux compétences de chacun d'entre eux et plusieurs aménagements peuvent être proposés afin d'atteindre les objectifs. Par exemple, l'utilisation des pictogrammes et du langage facile à comprendre, des tablettes et des téléphones portables et de certaines applications numériques.

Des aménagements ergonomiques, comme des tables et chaises réglables ou encore des marchepieds, sont également proposés pour assurer le confort des travailleurs.

## L'HABILLEMENT

Les apprentis portent une tenue adaptée à un environnement professionnel.

En fonction des stages qui seront organisés, une tenue vestimentaire spécifique à l'entreprise pourrait être exigée.

## EXIGENCES

### LE RYTHME DE TRAVAIL

Les apprentis doivent respecter un certain rythme d'apprentissage afin de pouvoir atteindre leurs objectifs personnels et de gagner en compétences et en autonomie pour une insertion en emploi. Le projet professionnel reste adapté à leurs capacités.

## LES NORMES D'HYGIENE

Le respect des normes d'hygiène est une exigence forte au COFP, l'insertion professionnelle étant visée.

## LES NORMES DE SECURITE

L'utilisation des outils et des machines requiert une certaine vigilance et une formation adaptée. Les apprentis doivent respecter les consignes de sécurité.

## LES HORAIRES ET VACANCES DES PROFESSIONNELS

Les horaires d'accompagnement sont fixes (8h30 - 12h00 et 13h30 - 17h00).

En plus du temps passé en présence des travailleurs, les professionnels assurent certaines tâches d'administration et de préparation pour un total de 42,5 heures hebdomadaires. Les professionnels bénéficient de six semaines de vacances et d'une semaine supplémentaire à partir de 50 ans.

## LES HORAIRES ET VACANCES DES TRAVAILLEURS

Les horaires des apprentis du COFP sont fixes :

Lundi, mardi et mercredi: 8h30 – 12h00 / 13h30 – 17h00

Jeudi : 8h30 – 12h00 et 12h30 – 17h00 (repas en commun)

Vendredi : 8h30 – 12h00 et 13h30 – 16h00

Il y a sept semaines de vacances fixes par année de formation durant lesquelles tous les apprentis sont absents (4 semaines en été, 2 à Noël et 1 à Pâques).

## LE REGLEMENT DU COFP

L'apprenti signe le règlement du COFP et s'engage ainsi à s'impliquer dans sa formation. Ce document précise les règles de vie, l'horaire, les vacances, les absences, les congés, les maladies et les accidents.

## DESCRIPTION

# COFP

CENTRE  
ORIENTATION  
FORMATION  
PROFESSIONNELLE



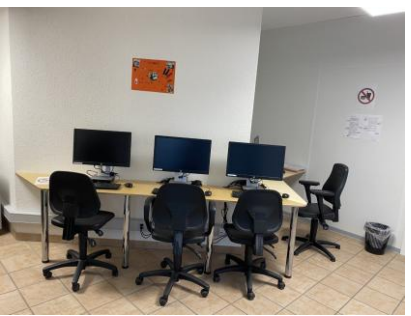
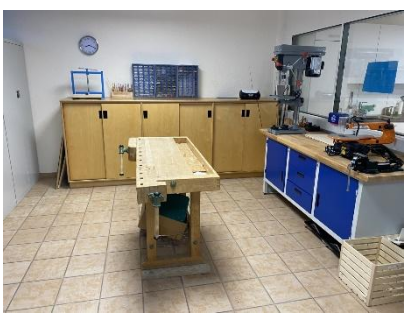
Formation pour les adultes entre 18 et 23 ans



Durée de la formation 3 ans

## LE TRAVAIL AU COFP

Les cinq tâches qui sont présentées ci-dessous sont souvent réalisées par les apprentis.

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <p><b>Salle de classe</b></p> <p><i>Les apprentis développent diverses compétences importantes dans le monde du travail :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La communication</li> <li>• Lecture et compréhension des consignes, de procédures</li> <li>• Des mathématiques appliquées à des situations concrètes (compter l'argent, mesurer, ...)</li> <li>• La gestion des émotions et des conflits</li> </ul> |
|  | <p><b>Informatique</b></p> <p><i>Les apprentis apprennent à utiliser différents programmes informatiques tels que Word, Excel et PowerPoint. Ils s'entraînent à utiliser un ordinateur et à faire des recherches sur internet.</i></p>                                                                                                                                                                                         |
|  | <p><b>Atelier</b></p> <p><i>À l'atelier, les apprentis apprennent à utiliser différents outils et machines pour travailler leurs compétences manuelles. Dans le cadre de l'orientation, ils cherchent des informations sur les différents métiers. Ils visitent des ateliers et entreprises, font des stages découvertes.</i></p>                                                                                              |

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p><b>Cuisine</b></p> <p><i>Les apprentis cuisinent ensemble une fois par semaine afin de gagner en autonomie. Ils choisissent la recette, listent les ingrédients, font les achats, cuisinent et mangent ensemble. De plus, ils vont une fois par semaine dans un restaurant-self afin de varier les apprentissages.</i></p> |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   | <p><b>Rythme</b></p> <p>Les apprentis doivent respecter un certain rythme afin de suivre les différentes formations qui sont proposées.</p> <p>Le rythme de travail varie selon les cours. Mais le rythme est adapté à chaque apprenti.</p>              |
|  | <p><b>Normes d'hygiène</b></p> <p>Les apprentis doivent respecter de nombreuses normes d'hygiène principalement en cuisine.</p> <p>Les apprentis doivent être propres lorsqu'ils arrivent au COFP.</p>                                                   |
|  | <p><b>Normes de sécurité</b></p> <p>Les apprentis doivent faire attention lorsqu'ils utilisent certains outils et certaines machines.</p> <p>Ils doivent respecter les normes et les consignes de sécurité et porter des protections, si nécessaire.</p> |

## ENVIRONNEMENT DE TRAVAIL

|                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    | <p>Les apprentis sont principalement à l'intérieur.</p>                                                                                                                                                                                                                     |
|   | <p>Les apprentis travaillent quelques fois assis.</p>                                                                                                                                                                                                                       |
|  | <p>Les apprentis travaillent quelques fois debout et en mouvement.</p>                                                                                                                                                                                                      |
|  | <p>Les apprentis doivent venir avec des habits propres et adaptés aux différentes activités faites au centre de formation ainsi qu'à la vie professionnelle.</p> <p>Certaines activités requièrent le port d'un tablier ou d'une blouse de travail fournis par les MSP.</p> |

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>Pour certaines tâches, les travailleurs doivent mettre des protections comme :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Des lunettes de protection</li><li>- Des protections auditives</li><li>- Des chaussures de sécurité</li><li>- Des gants</li></ul> |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## LE MATERIEL SOUVENT UTILISE



Des ordinateurs et des tablettes



Des outils et machines



Des classeurs, des feuilles  
d'exercices et des cahiers



Des jeux et des exercices pratiques



Du matériel de ménage (machine à laver, fer à repasser, aspirateur)

## HORAIRES ET VACANCES



Lundi : 08h30 – 12h00 et 13h30 -17h00

Mardi : 08h30 – 12h00 et 13h30 -17h00

Mercredi : 08h30 – 12h00 et 13h30 -17h00

Jeudi : 08h30 – 12h00 et 12h30 -17h00

Vendredi : 08h30 – 12h00 et 13h30 -16h00



7 semaines de vacances fixes

## RESUME

### Les plus du COFP

- Atelier situé à Saint-Légier
- Cadre agréable
- Proche des transports publics

### La valeur ajoutée de la formation

- Objectif d'intégration professionnelle
- Varié
- Individuel et en groupe
- Sur mesure selon les capacités et l'objectif
- Possibilité de faire des stages en entreprise

### Les atouts des apprentis

- Compétences relationnelles
- Compétences émotionnelles
- Compétences spatio-temporelles
- Compétences en numératie
- Compétences en littératie
- Compétences en motricité fines