NEWSLETTER 4 Mai 2023

Structure
CAP EMPLOI

EMDR
Faire bouger les yeux pour réparer les traumatismes du vécu

L'Electromyogramme
Mon neurologue m'a prescrit un EMG, qu'est-ce que c'est ?

Cout social
Tout savoir sur la RQTH

Réseau Saisies 2023
Tu Dis Rest Dis : Réseau Saisies ; pour la prévention

STRUCTURE

Réseau CAP EMPLOI

Par Marion SOBOTYNSKI, assistante sociale
Article rédigé à la suite d'un entretien avec Marion Adam Fournier, directeur Cap Emploi 51

Le réseau Cap Emploi propose un accompagnement à destination des personnes en recherche d'emploi, des salariés, des travailleurs indépendants et agents des fonctions publiques en situation de handicap afin de favoriser leur maintien dans l'emploi.

Les conseillers en insertion professionnelle de Cap Emploi, les chargés de mission et les référents handicap.

Les bénéficiaires de l'accompagnement par Cap Emploi, les directeurs sont différents selon leur spécialité.

Les demandeurs d'emploi :
Pour bénéficier de l'accompagnement de Cap Emploi, la première démarche lorsque vous êtes en situation de recherche d'emploi est de vous inscrire à Pôle Emploi.
Pôle Emploi vous orientera vers le prestataire Cap Emploi le plus proche de votre lieu de résidence. Ensuite, les conseillers de réseau Cap Emploi seront en prise avec vous. Afin de présenter un accompagnement adapté à votre situation, vous serez contacté une convocation administrative et vous rencontrerez.
Pour bénéficier de l'accompagnement Cap Emploi, des agents Cap Emploi prennent rien sufficiers, après vous inscription à Pôle Emploi, vous serez contacté par un conseiller en insertion professionnelle.

Lorsque le cette double intervention est de concentrer avec vous sauf vous expliquer adapter à vous tout de suite votre situation professionnelle et votre situation de handicap. Ensuite, vous serez orienté vers le prestataire Cap Emploi. Certaines problématiques liées au handicap sont traitées avec les conseillers Cap Emploi et vous rencontrerez un conseiller en insertion professionnelle spécialisé dans le handicap.
Cette organisation du prestataire Cap Emploi est différente selon le département. Pôle Emploi et Cap Emploi prenez un accompagnement adapté à votre situation.

Les salariés : Vous pouvez vous rapprocher du référent handicap de votre entreprise.

Personnes en emploi :
Les travailleurs qui sont en situation de handicap, salariés, travailleurs indépendants et agents des fonctions publiques qui rencontrent des difficultés de maintien dans l'emploi du fait du handicap ou de leur maladie.
L'intervention de Cap Emploi peut être possible dès les premiers signes de difficultés professionnelles, en vue de rester sur le poste. Il est plus simple de maintenir un environnement administratif de handicap et de maintien dans l'emploi. Les conseillers en insertion professionnelle Cap Emploi prennent rigoureusement travailler dans le cadre de leur mission.

Les objectifs de l'intervention Cap Emploi :
- Accompagner le travailleur vers un projet de travail.
- Evaluer avec la personne les possibilités d'aménagement de poste ou d'accessibilité de mobilisant et de compétences, en lien avec le médecin du travail et le référent handicap.
- Informer le travailleur sur les aides financières et les services qui peuvent le soutenir et le faire progresser dans son parcours.
- Informer le travailleur sur les aides financières et les services qui peuvent le soutenir et le faire progresser dans son parcours.
- Informer le travailleur sur les aides financières et les services qui peuvent le soutenir et le faire progresser dans son parcours.

Cette mission est gratuite.

Coordonnées de Cap Emploi en Champagne :

Cap Emploi 02
02 Rue Saint-Martin 02000 Chateau-Thierry
03 23 83 60 80

Cap Emploi 08
Espace Eric Bruhin - 16 Avenue de Mézières - Mézières - 03955 La Plan en Valay
03 24 33 40 40

Cap Emploi 10
Cap Emploi 10 - 10 Rue Pierre Ronsard - 10000 Troyes
03 25 73 40 40

Cap Emploi 51
Cap Emploi 51 - 10 Place de la République - 51000 Shoubrous
03 26 66 40 40

Si vous souhaitez avoir des informations complémentaires ou pour faire un point sur votre situation, vous pouvez prendre contact avec l'adjoint de Réseau Saisies Agefiph.

EMDR : Faire bouger les yeux pour réparer les traumatismes du vécu

Par Marion GIBELIN, Neuropsychologue

Qu'est-ce que c'est ?

EMDR signifie : Eye Movement Desensitization and Reprocessing. Il s'agit d'une thérapie psychotraumatique, en 8 étapes, développée par Francine Shapiro.

L'EMDR est une psychothérapie qui a fait ses preuves dans le traitement du stress post-traumatique et des troubles associés.

Elle a été développée à la fin des années 80 par Francine Shapiro, psychologue américaine, initiatrice de l'EMDR, qui a observé que les mouvements oculaires pouvaient avoir un impact sur le traitement des souvenirs douloureux. Elle a ainsi mis en place un protocole spécifique, qui a fait ses preuves dans le traitement des troubles post-traumatiques.

Pour mieux comprendre, voici schématiquement comment fonctionne le cerveau lorsque nous vivons un événement :

Le cerveau va scanner de nouveaux points dans son mémoire pour **trouver des souvenirs** qui ressemblent à la situation présente. Il va ensuite **associer** les informations du passé et du présent, pour **apporter une réponse** à la situation présente. Il va ensuite **stocker** les informations de cette nouvelle expérience pour les utiliser ultérieurement.

Mais, quand on est en situation particulièrement intense, le cerveau va trop vite et ne va pas prendre le temps de tout bien tri, pour ne pas perturber l'autre, notamment. Il va ainsi **stocker** les informations **sans les trier**, **sans les associer**, **Directement, de manière aléatoire, sans les associer**, **Directement, de manière aléatoire, sans les associer**, **Directement, de manière aléatoire,