



# 10 BONS CONSEILS AUX CANDIDATS HANDICAPÉS EN RECHERCHE D'EMPLOI

Le guide Emploi/Handicap des candidats



L'ADAPT - ASSOCIATION POUR L'INSERTION SOCIALE ET PROFESSIONNELLE DES PERSONNES HANDICAPÉES  
[www.ladapt.net](http://www.ladapt.net)



THALES



monster®

**Conseil n°1**

**Avant d'être un candidat handicapé,  
vous êtes avant tout un candidat.**

**Conseil n°2**

**Préparez minutieusement votre CV.**

**Conseil n°3**

**Mettez en avant vos compétences.**

**Conseil n°4**

**Ayez confiance en vous  
et ne vous sous-estimez pas.**

**Conseil n°5**

**Ne refusez ou n'acceptez pas trop vite  
une proposition : soyez ouvert et prenez le temps  
de la réflexion.**

**Conseil n°6**

**Faites tomber les préjugés !**

**Conseil n°7**

**Ne dissimulez pas votre handicap :  
sachez le présenter simplement et brièvement.**

**Conseil n°8**

**Faites preuve de nuances  
et gardez le sens des réalités.**

**Conseil n°9**

**Valorisez votre capacité à agir seul(e)  
et à travailler ensemble.**

**Conseil n°10**

**On a tous intérêt à travailler ensemble !**



Georges RIFFARD  
Président de L'ADAPT

L'ADAPT - association pour l'insertion sociale et professionnelle des personnes handicapées - propose ce guide réactualisé des « 10 bons conseils aux candidats handicapés en recherche d'emploi ». Réalisé avec le concours de candidats et de recruteurs, il est illustré de témoignages d'employeurs et de salariés ainsi que de données chiffrées relatives aux travailleurs handicapés.

Aujourd'hui, en France, les 2/3 des entreprises assujetties comptent dans leurs effectifs des travailleurs handicapés, au sujet desquels elles expriment à plus de 90% leur satisfaction, ce qui montre **l'évolution positive de la reconnaissance des travailleurs handicapés comme de vrais professionnels**. La loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées renforce l'obligation des entreprises privées, publiques et des fonctions publiques, en matière d'emploi des travailleurs handicapés, notamment de celles qui, à ce jour, n'emploient aucun travailleur handicapé.

Il faut donc rebondir sur cette situation favorable au recrutement et au maintien dans l'emploi des personnes handicapées et pour cela, tous les candidats handicapés à la recherche d'un emploi sont invités à s'engager hardiment dans le processus de recrutement en faisant valoir **leurs compétences, leur motivation, leur détermination**.

Je souhaite que ce guide vous conforte dans votre parcours d'accès à l'emploi.

## REPÈRES

L'ADAPT - association créée en 1929 et reconnue d'utilité publique en 1934 - travaille à l'insertion sociale et professionnelle des personnes handicapées.

L'ADAPT accompagne à travers ses 75 établissements et services sanitaires

et médico-sociaux la personne handicapée vers l'autonomie. Ses cinq métiers : soigner, scolariser, accompagner, insérer et former.

L'ADAPT crée en 2001 le Réseau des Réussites, réseau de bénévoles qui accompagnent les personnes handicapées

qui le souhaitent dans leur recherche d'emploi.

L'ADAPT crée en 1997 la Semaine pour l'emploi des personnes handicapées, organise en 2003 les 1<sup>ers</sup> Etats généraux de la citoyenneté des personnes handicapées et invente les Jobdatings<sup>®</sup> en 2004 et les Handicafés<sup>®</sup> en 2007.



## Avant d'être un candidat handicapé, vous êtes avant tout un candidat

**AVANT** : préparez soigneusement vos entretiens, renseignez-vous sur les entreprises que vous approchez, en particulier sur leur politique d'intégration.  
**PENDANT** : veillez à votre tenue vestimentaire, aux horaires, au sourire...  
**APRÈS** : pensez à remercier, à relancer ou à confirmer votre candidature.

« C'était pour Vanessa un véritable challenge de nous convaincre de ses qualités, exactement comme toute autre personne qui a postulé chez nous. Nous sommes très satisfaits de son embauche. »

Christine L.

Groupe Caisse d'Épargne

**82%** des salariés ayant un ou plusieurs collègues handicapés, les perçoivent comme aussi performants. (Sondage Louis Harris)



## Préparez minutieusement votre CV

**Relisez votre histoire, déterminez-en les points forts, assumez votre parcours. En revanche, différenciez votre CV (technique et rationnel) de votre histoire personnelle, de vos projets et de vos ambitions. Prenez conseil, déterminez vos centres d'intérêts et vos priorités afin d'identifier un objectif à atteindre : votre projet professionnel.**

« A la sortie de ma formation, le personnel de L'ADAPT m'a accompagnée et conseillée dans la préparation de mes envois de CV et d'entretiens d'embauche. J'ai ainsi envoyé de nombreuses candidatures spontanées dans différents types d'entreprises.

L'une d'elles, spécialisée dans le transport a tout de suite été intéressée par mon profil. J'ai été embauchée. Très satisfaite de cette expérience, l'entreprise souhaiterait aujourd'hui embaucher d'autres personnes handicapées. »

Nathalie P.



## Mettez en avant vos compétences

***Votre interlocuteur recherche un profil correspondant aux besoins de son entreprise : préparez vous à présenter clairement votre formation, vos expériences et vos atouts.***

« Je reste persuadé que l'intégration réussie d'une personne reconnue travailleur handicapé, tient plus à la motivation et aux compétences qu'à une bonne adéquation entre le poste et le handicap. »

**Jean-Michel M.**

Directeur d'établissement de La Poste

« J'étais standardiste au siège de l'entreprise avec la volonté d'évoluer vers un poste RH. J'ai proposé ma candidature au poste d'assistante RH, j'ai passé les entretiens et tests d'évaluation comme tous les candidats qui ont été pré-sélectionnés. J'ai finalement été retenue et le poste a été rapidement aménagé afin que je puisse travailler dans le plus grand confort. Une fois en poste, j'ai souhaité compléter ma formation initiale par un BTS en alternance de manière à acquérir plus d'aisance et plus de méthode de travail. L'entreprise et mon manager ont accepté que je me lance dans ce challenge. »

**Solenn L.**

Conseillère - ADIA



## Ayez confiance en vous et ne vous sous-estimez pas

***En présentant votre motivation, sachez valoriser vos acquis et vos compétences.***

« Parfois, la déprime nous guette tant les démarches sont périlleuses. Mais il ne faut jamais se défilier. Il faut toujours faire face et ne pas perdre espoir de trouver sa place sur le marché du travail. Compte tenu de mon expérience et de mes compétences, je postule pour un poste à responsabilités. Je sais que certains me considèrent comme un OVNI mais il est hors de question que je me sous-évalue à cause de mes limites physiques. Je sais ce dont je suis capable et j'ai bien l'intention de le montrer. »

**Sylvie D.**

**93%** des entreprises se disent satisfaites des travailleurs handicapés qu'elles emploient.  
(Sondage Louis Harris)

« Suite à un accident de la route, j'ai subi une amputation de la jambe. Mon avenir me semblait tout à coup bloqué. Après quelques temps, je me suis finalement reconstruit et je me suis engagé dans une formation pour devenir gérant de restaurant. Le handicap ne m'empêchera pas d'évoluer, celui-ci est compatible avec le métier que je rêve de faire. »

**Fabrice**

Futur gérant - Sodexo



## Ne refusez ou n'acceptez pas trop vite une proposition : soyez ouvert et prenez le temps de la réflexion

***Votre but premier est de multiplier les rencontres : celles-ci vous exercent pour vos futurs entretiens et peuvent être l'occasion de mieux vous approprier votre projet professionnel, voire d'obtenir de nouveaux contacts... Faites preuve d'ouverture et sachez écouter chaque proposition en fonction de votre projet professionnel. Évaluez vos perspectives d'évolution.***

« J'ai reçu beaucoup d'aide, de contacts, de conseils... Cela m'a permis de constituer un réseau pour créer mon entreprise. »

Thierry F.

« A l'issue de mes entretiens en Jobdating®, j'ai été plusieurs fois recontactée. Même si cela n'a pas abouti à une embauche directe, cela m'a réellement aidée et redonné confiance en moi. »

Luisa H.

Technicien conseil



## Faites tomber les préjugés !

***Votre handicap n'est pas nécessairement un frein. Connaissez la loi, mais ne la revendiquez pas. Le cas échéant, ne la présentez pas comme un droit pour vous mais comme un avantage pour l'entreprise.***

« Un salarié handicapé n'est pas un salarié absent. Les recruteurs craignent souvent qu'une personne handicapée ait un taux d'absentéisme plus important en raison de contraintes de santé. Il faut lui expliquer et lui démontrer qu'un salarié handicapé s'investit autant voire plus dans son travail pour prouver sa performance et qu'en aucun cas, il n'est moins efficace. »

Bruno Brémond

Directeur Général - Monster Europe du sud

**80%** des salariés ayant un collègue handicapé n'ont pas constaté de surcharge de travail. (Sondage Louis Harris)



## Ne dissimulez pas votre handicap : sachez le présenter simplement et brièvement

**Présenter votre handicap sur votre CV est un choix qui vous appartient : libre à vous d'estimer les situations où ce choix est opportun. Pendant l'entretien, présentez, le cas échéant, vos besoins en termes d'adaptation de poste et d'accessibilité... Ne faites pas du handicap le coeur de votre entretien : ne le présentez pas seulement sous l'angle des contraintes mais dites en quoi il a développé certaines de vos capacités...**

« Si je n'avais pas parlé de mon handicap, celui-ci n'aurait pas été pris en compte par mes collègues et ma hiérarchie. Il faut en parler car il est inutile de

le cacher, cela ne fait que reporter le problème, si ce n'est l'aggraver. Dans mon cas, ma maladie a été prise en considération et le travail a été totalement réorganisé pour que je puisse me maintenir dans mon emploi en tant que gérant de restaurant à 4/5<sup>e</sup> de temps. »

**Jean-Marc**

Gérant de restaurant - Sodexo



## Faites preuve de nuances et gardez le sens des réalités

**Restez vous-même, apprenez à conjuguer votre intérêt et celui de l'entreprise.**

« J'étais technicienne de laboratoire. Une intervention chirurgicale délicate m'a obligée à quitter mon travail qui me demandait beaucoup de minutie, car le manque de précision de ma main gauche ne me permettait pas de poursuivre. J'ai suivi une formation de secrétaire assistante proposée par L'ADAPT. Lors de mon premier stage, je suis restée très lucide sur mes capacités sans essayer de me « survendre ». Je sais que c'est un nouveau départ, et je ne grillerai pas les étapes. »

**Sandrine C.**

« J'étais manager opérationnel chez Sodexo quand j'ai eu un très grave accident de voiture. J'ai dû apprendre à vivre avec les séquelles physiques de cet accident. Cependant, j'ai vite pris conscience que les séquelles psychologiques étaient trop importantes et qu'il me restait une trop forte appréhension face au volant. J'ai donc décidé de demander une affectation à un niveau hiérarchique moins élevé, mais sur une mission de responsable opérationnel sédentaire. Du coup, c'est ma vie de famille qui en bénéficie. »

**Anne**

Responsable d'Exploitation - Sodexo



## Valorisez votre capacité à agir seul(e) et à travailler ensemble

***Soyez « acteur » de votre recrutement : les exemples issus de votre vie courante ou de vos passions, le sport par exemple, peuvent montrer votre autonomie et votre capacité à vous intégrer dans une équipe.***

**91 %** des sondés affirment être prêts à se mettre à la disposition d'une personne handicapée récemment recrutée pour l'aider, soit dans son travail quotidien, soit à s'intégrer dans l'équipe.  
(Sondage Louis Harris)

« Je suis sourd et muet. Recruté initialement comme aide de cuisine, ma motivation et mon intégration au sein de l'équipe m'ont permis d'être nommé cuisinier il y a quelques mois. »

**Vincent D.**  
Cuisinier - Sodexo



## On a tous intérêt à travailler ensemble !

***Soyez-en convaincus : vous pouvez apporter beaucoup à l'entreprise. Et réciproquement ! Comprendre l'objectif de votre interlocuteur est le meilleur moyen de le convaincre.***

Soyez le porte-parole des 10 bonnes raisons de recruter une personne handicapée !

- Une entreprise gagne à recruter des personnes motivées
- Une entreprise gagne à choisir des personnalités dynamiques
- Une entreprise gagne à se doter de nouveaux talents
- Une entreprise gagne à recruter des collaborateurs fiables
- Une entreprise gagne à cultiver l'esprit d'équipe
- Une entreprise gagne à favoriser l'épanouissement de tous
- Une entreprise gagne à intégrer les différences
- Une entreprise gagne à valoriser son identité
- Une entreprise y gagne financièrement
- Une entreprise gagne à faire le premier pas



# Pour aller plus loin avec L'ADAPT

## Le Département national formation

*pour former des équipes au recrutement et à l'intégration des personnes handicapées en entreprise.*

Karine David  
david.karine@ladapt.net

01 48 10 12 30

## Le Département national entreprises

*pour accompagner les entreprises dans leur politique emploi handicap.*

Elsa Abecassis  
abecassis.elsa@ladapt.net

01 48 10 12 26

[www.travaillerensemble.net](http://www.travaillerensemble.net)

## La Semaine pour l'emploi des personnes handicapées

*organisée par L'ADAPT chaque troisième semaine de novembre pour sensibiliser et faire agir le plus grand nombre.*

Sophie Cabanes  
cabanes.sophie@ladapt.net

01 48 10 12 45

[www.semaine-emploi-handicap.com](http://www.semaine-emploi-handicap.com)

## Des actions emploi/handicap toute l'année

*pour permettre aux candidats handicapés et aux recruteurs de se rencontrer*

- *Handicapés°*
- *Jobdatings°*
- *Forum emploi handicap*

[contact@ladapt.net](mailto:contact@ladapt.net)

01 48 10 12 45

## Le Réseau des Réussites

*pour parrainer les personnes handicapées en recherche d'emploi qui le souhaitent*

Dominique Le Douce  
ledouce.dominique@ladapt.net

01 48 10 34 95



[www.ladapt.net](http://www.ladapt.net)

**L'ADAPT**

Siège social : Tour Essor - 14 rue Scandicci - 93508 Pantin Cedex - Tél. : 01 48 10 12 45

A photograph of a woman, Laure, looking towards the right. She has brown hair and is wearing a light green top. The background is a blurred office or industrial setting. A blue circular callout contains text about her condition.

*Laure,  
dessinatrice,  
paralysie  
partielle*

## PERSONNES HANDICAPÉES

# Vos compétences, nos métiers : unissons nos talents.

ETDE, l'un des leaders sur le marché de l'électricité et de la maintenance (13 000 collaborateurs, 1,7 milliard d'€ de chiffre d'affaires), première entreprise de son secteur à avoir signé un accord handicap en 2006, poursuit son engagement en faveur des personnes handicapées.

ETDE recrute sur toute la France du  
BEP/CAP au Bac + 5 dans les métiers :

- de l'électricité
- du génie thermique et du génie mécanique
- de la maintenance industrielle et tertiaire
- des fonctions supports  
(gestion, juridique, RH, etc.)

Découvrez les métiers d'ETDE et retrouvez  
toutes nos offres d'emploi sur [www.etde.fr](http://www.etde.fr)

Envoyez CV et lettre de motivation à :  
[unechancepourtous@etde.fr](mailto:unechancepourtous@etde.fr)

