

Se former pour un métier...

En CAP, la formation se partage entre les enseignements technologiques et professionnels, les enseignements généraux et les périodes de formation en entreprise.

On peut préparer le CAP à temps plein dans un lycée professionnel (LP). On peut aussi choisir la voie de l'apprentissage, en préparant le CAP en alternance entre une entreprise et un centre de formation d'apprentis (CFA).

ALTERNANCE. LE CAP EN CENTRE DE FORMATION D'APPRENTIS (CFA)

L'apprentissage permet d'apprendre un métier **en alternance** entre une entreprise et un centre de formation d'apprentis (CFA).*

Il faut d'abord trouver un employeur, le maître d'apprentissage, avec lequel on signe un véritable **contrat de travail**, le contrat d'apprentissage.

L'apprenti.e perçoit un salaire, qui varie en fonction de son âge et de la durée de la formation (voir ci-dessous). Le contrat d'apprentissage peut être signé à partir de 16 ans ou 15 ans en sortant d'une classe de 3^e, et jusqu'à 25 ans (30 ans en Bretagne).

La durée de formation s'étale sur deux années en général. Le rythme de l'alternance varie selon les CAP : **une semaine au CFA et deux semaines en entreprise** le plus souvent.

* Certains lycées professionnels proposent aussi des formations en apprentissage.

Au CFA, l'apprenti.e suit un enseignement général : français, maths-sciences, vie sociale et professionnelle...

Il reçoit aussi une formation technologique et professionnelle, théorique et pratique, en classe et en atelier. En entreprise, le maître d'apprentissage lui enseigne les techniques et les savoir-faire professionnels du métier.

L'apprentissage est un type de formation qui exige un rythme de travail soutenu, et qui demande une forte **motivation** et une certaine autonomie.

« C'est sûr, être apprentie demande un peu plus de travail personnel parce qu'on n'est pas toujours à l'école, mais c'est très enrichissant... »

Laëticia, en CFA



De nouvelles mesures concernant l'apprentissage vont être mises en place dans le cadre de la loi "pour la liberté de choisir son avenir professionnel" : augmentation de 30 € par mois pour les apprentis de moins de 20 ans en CAP, aide au permis de conduire, possibilité d'entrer en apprentissage tout au long de l'année...

> Informez-vous auprès de votre professeur principal ou d'un psychologue de l'éducation nationale.

Rémunération mensuelle des apprentis en 2018

Age	Année d'exécution du contrat		
	1 ^{re} année	2 ^e année	3 ^e année
Moins de 18 ans	25 % du SMIC - 374,62 €	37 % du SMIC - 554,43 €	53 % du SMIC - 794,18 €
De 18 à 20 ans	41 % du SMIC - 614,37 €	49 % du SMIC - 734,25 €	65 % du SMIC - 974,00 €
21 ans et plus	53 % du SMIC* - 794,18 €	61 % du SMIC* - 914,06 €	78 % du SMIC* - 1168,80 €

(*) ou du salaire minimum conventionnel correspondant à l'emploi s'il est plus favorable.

SMIC : salaire minimum interprofessionnel de croissance. Au 1.01.2018, le SMIC était à 9,88 €/heure (brut), soit un salaire mensuel brut de 1 498,48 €.

Pour les apprentis, le salaire brut est égal au salaire net (aucune cotisation salariale n'est enlevée du salaire brut, qui est aussi exonéré de la CSG). En revanche, des retenues pour avantages en nature peuvent être effectuées (nourriture, hébergement ...).

I
N
F
O
S

- > www.alternance.emploi.gouv.fr
- > <http://apprentissage.bretagne.fr>
- > www.bretagne-alternance.com



TEMPS PLEIN. LE CAP EN LYCÉE PROFESSIONNEL (LP)

Le CAP se prépare à **temps plein** en établissement scolaire, soit dans un lycée professionnel (LP), soit dans un établissement régional d'enseignement adapté (Erea). L'élève conserve un statut scolaire. La formation s'étale sur deux années, avec des périodes de stage en entreprise.

Les enseignements généraux (français, histoire-géographie, maths-sciences...) représentent près de 40 % du temps de formation; les enseignements professionnels, près de 60 %, sous forme de cours et de travaux pratiques. **12 à 16 semaines de stages** en entreprise permettent de découvrir en direct les réalités du travail sur le terrain.

Certains CAP sont très demandés ; il n'est pas facile d'y entrer car le nombre de candidats est très supérieur au nombre de places. Ces CAP sont signalés par le picto ⚠ dans les listes des pages 10 et suivantes.

Entrer en CAP. Motivés, motivés...

Au LP de Carhaix (29), on s'emploie à motiver les candidats.

« Les profs du lycée font le tour des collèges. Ils présentent les emplois du secteur, parlent des débouchés du CAP, des activités, des salaires... Nos élèves de CAP viennent de 3^e et 3^e Segpa. C'est leur motivation qui nous importe d'abord. Alors, on informe en amont. Les jeunes collégiens intéressés peuvent visiter le lycée et même y passer une demi-journée pour découvrir les ateliers, discuter avec les jeunes de CAP, les enseignants... »



Réforme !

Une réforme de la voie professionnelle est en cours. Pour le CAP, elle prévoit la possibilité de le préparer en 1, 2 ou 3 ans selon la situation de l'élève.

> Informez-vous auprès de votre professeur principal ou d'un psychologue de l'éducation nationale.

Le CAP en LP : un exemple...

Horaires hebdomadaires, à titre indicatif, du CAP Matelot

ENSEIGNEMENT	1 ^{RE} ANNÉE	2 ^E ANNÉE
Enseignement technologique et professionnel		
Description du navire	1 h	1 h
Navigation	2 h 30	2 h
Anglais maritime	1 h	1 h
Manoeuvre	1 h	2 h
Matelotage	2 h	2 h
Stabilité du navire	-	1 h
Sécurité - survie	1 h 30	1 h 30
Océanographie	1 h	1 h
Techniques de pêche	5 h	6 h 30
Machines marines et auxiliaires	1 h	1 h
Atelier	2 h	2 h
Environnement professionnel	-	1 h
Total	18 h	22 h
Enseignement général		
Français	3 h	3 h
Histoire géographie	1 h	1 h
Mathématiques	2 h 30	2 h 30
Sciences physiques	1 h 30	1 h 30
Vie sociale et professionnelle	1 h	1 h
Enseignement artistique	1 h	1 h
Education physique et sportive	2 h	2 h
Total	12 h	12 h
Soutien	2 h	-
Langue vivante étrangère (facultative)	1 h	1 h
TOTAL MAXIMAL ENSEIGNEMENT	33 h	35 h
Formation en entreprise	12 semaines	

Alternance sous statut scolaire

Les MFR (Maisons familiales et rurales) pratiquent une alternance particulière. Les élèves passent une partie de leur temps à la MFR et une partie en entreprise. Mais ils gardent un statut scolaire et ne sont pas rémunérés.

« J'aime bien la matière, le bois, et aussi travailler dehors, en équipe. Sur une maison à ossature bois, on fait tout ; quand on arrive sur le chantier, il y a juste une dalle. Quand on voit le travail fini, ça fait plaisir... »

Yoann, en CAP Constructeur bois

« Je me réveille le matin largement plus motivé qu'au collège, en me disant que je vais apprendre mon métier... »

David, en lycée professionnel

À savoir...

On continue à se former même quand on a quitté l'école. On peut passer un CAP en cours d'emploi, ou pendant une période de chômage, en suivant les cours d'un organisme de formation continue.

