

# Comment accompagner votre enfant dans l'alternance ?

LE GUIDE ULTIME





“

Votre enfant se pose des questions sur son orientation, sur le métier qu’il désire faire plus tard...et vous souhaitez l’accompagner ? Bonne nouvelle : l’alternance ou l’apprentissage sont des voies extrêmement stimulantes pour les jeunes !

Ce guide a été conçu pour vous aider à accompagner votre enfant, de A à Z, dans son aventure d’alternance. Vous y trouverez des conseils concrets pour l’aiguiller, et l’aider à trouver sa voie.

W.A

# Sommaire

L'alternance pour mon enfant

**P. 4**

Comment l'aider à trouver sa formation  
et son entreprise d'accueil ?

**P. 8**

Quel contrat et salaire en alternance  
pour mon enfant ?

**P. 12**

Quelles aides financières solliciter ?

**P. 17**

Comment trouver un logement  
pour son alternance ?

**P. 21**



# L'alternance pour mon enfant

# 1.

1 jeune sur 2

travaille dans l'entreprise où il a fait son apprentissage.



## Pourquoi mon enfant devrait-il faire de l'alternance ?

- **Premier pas dans le monde du travail**

Entre cours théoriques et missions en entreprise, c'est l'occasion pour votre enfant de tester un ou plusieurs métiers et de se faire une première expérience professionnelle. 1 jeune sur 2 est embauché dans l'entreprise où il a fait son alternance.

- **L'alternance ce n'est pas seulement pour les métiers manuels**

Banque, commerce, marketing, paramédical, comptabilité... quasiment tous les métiers et domaines sont accessibles en alternance.

- **Premier salaire et début de l'indépendance**

En tant qu'alternant(e), votre enfant est considéré(e) comme un salarié. Il/elle bénéficie donc de congés payés et surtout d'un salaire fixe. Ce statut lui permet également de cotiser pour ses impôts. Sachez également qu'il existe différentes **aides financières** possibles.

Et si votre enfant a soif d'aventure et de voyages, sachez qu'il est également possible de faire **une alternance à l'étranger** grâce à **Erasmus +** (se renseigner auprès du CFA ou établissement scolaire).



# 15 ans

c'est l'âge à partir duquel  
l'apprentissage est accessible.

L'alternance regroupe deux contrats : **contrat d'apprentissage et contrat de professionnalisation**. Il existe également une alternance **par la voie scolaire**.

L'alternance est donc accessible *via* différentes voies :

- Il est possible de préparer son orientation vers la voie professionnelle :
  - Au collège, en classe de **3<sup>ème</sup> prépa métier**
  - Dès l'âge de 14 ans **en MFR, en classe 4<sup>ème</sup>/3<sup>ème</sup>** (voie scolaire par alternance)
- Dès 15 ans (à condition d'être sorti d'une classe de 3<sup>ème</sup>), le jeune peut préparer :
  - un **CAP (Certificat d'Aptitude Professionnelle)**,
  - un **BP (Brevet Professionnel)**,
  - un **Bac Pro (Bac professionnel) par apprentissage**.
- Après le Bac, **du Bac + 2 au Bac + 5** toutes les filières et formations sont accessibles *via* l'alternance

Quelque soit l'âge de votre enfant, vous pouvez tout à fait envisager avec lui qu'il suive son cursus scolaire avec l'alternance.

Ceci étant, gardez à l'esprit que ces formations demandent un certain nombre de qualités. Loin d'être des voies de garage, elles demandent aux jeunes **un véritable savoir-vivre en société, et une certaine maturité.**

Parlez-en donc avec lui, et demandez-lui s'il se sent...



**Organisé.** En alternance, il devra l'être, pour gérer à la fois les missions qui lui sont demandées en entreprise, et la préparation de ses examens à l'école.



**Travailleur.** L'alternance comme l'apprentissage demandent une implication forte, pour apprendre au contact réel.



**Passionné.** Votre enfant devra l'être un minimum, pour avoir envie de se lancer dans une voie professionnelle particulière.



**Curieux.** Pour progresser en alternance, la curiosité et la proactivité sont de rigueur.



**Autonome.** Même si vous l'accompagnez, il devra trouver ses repères seul, et gérer un emploi du temps bien rythmé par lui-même.



**Ponctuel.** Une qualité essentielle pour tout jeune qui rentre dans le monde du travail.

Peut-être que votre enfant n'a pas encore toutes ces qualités bien assises ? Rien de plus normal ! Parlez avec lui de ce qui l'attend potentiellement dans sa formation, et **demandez-lui à cœur ouvert s'il se sent prêt à mûrir, et à acquérir toutes ces qualités**, petit à petit.

La réponse est oui ? Il est désormais temps d'accompagner votre enfant dans sa recherche de formation et d'entreprise d'accueil !



Découvrez les témoignages d'alternants et anciens alternants



## Mon enfant ne sait pas du tout quoi faire...

Comment pouvez-vous l'aider à trouver sa voie ? Tout passe bien sûr par le dialogue, et le fait de le diriger vers les organismes qui peuvent l'aider dans sa recherche d'avenir.

Commencez à parler avec lui des différentes possibilités de formation (en alternance ou non, plus ou moins longues...) mais aussi des compétences-clés qu'il peut avoir à revendre.

N'hésitez pas non plus à l'orienter vers des organismes qui peuvent en discuter plus en profondeur avec lui, tels que...

- Le Centre Régional d'Information Jeunesse (CRIJ)
- Le Centre d'Information et d'Orientation Jeunesse (CIDJ)
- La Mission Locale
- Les CFA et écoles (portes ouvertes, rendez-vous...)
- Mon **Chatbot Walt**, bien sûr !



# Comment l'aider à trouver sa formation et son entreprise d'accueil ?

# 2.



Pas évident de trouver l'école, le CFA, ou encore l'entreprise idéale pour se lancer dans le monde professionnel ! Si la décision finale reviendra à votre enfant, je vous ai tout de même rassemblé quelques astuces pour l'aider à y réfléchir, sans omettre aucun point-clé.

## 7 réflexions à mener pour trouver une formation en alternance

Voici **quelques questions à vous poser avec lui**, et auxquelles lui proposer de répondre, pour avancer dans sa recherche de formation.

**N'oubliez pas :** Le réseau de l'établissement ou CFA peut aider votre enfant dans sa recherche d'entreprise.





### **Quel métier ou secteur d'activité a-t-il en tête ?**

S'il a toujours rêvé de travailler le bois, travailler dans le secteur automobile ou bien dans les RH, son parcours se dessine de lui-même ! À vous, par la suite, de l'aider à trouver la formation qui entrera parfaitement en adéquation avec ce qu'il attend de ce métier.



**Quels sont ses atouts et compétences ?** L'idée est de réfléchir, avec lui, aux capacités qui pourraient faire de lui un vrai atout dans une entreprise, qu'elles soient opérationnelles ou humaines. Ce peut être un attrait pour l'informatique ou le web, le plaisir qu'il prend à aider les autres, ou encore le fait qu'il soit un véritable cordon bleu. Ces compétences peuvent alors l'aider à trouver un métier où il se sentirait utile, et qui lui plairait.



**A-t-il l'opportunité d'aller voir ce que donne un métier « in vivo » ?** Peut-être le père de son meilleur ami peut-il lui faire faire un stage pendant les vacances ? Ou bien peut-il participer à des salons, des portes ouvertes d'entreprises ? Le fait d'aller voir ce que donne un métier "en vrai" lui permettrait de se projeter, et d'envisager de s'y lancer lui-même.



**A-t-il autour de lui des organismes qui pourraient l'aider à s'orienter ?** La réponse est toujours oui !

- **Au collège ou au lycée**, il peut se tourner vers son conseiller d'orientation.
- **En-dehors de l'école**, il peut aller parler à la Mission Locale ou la Maison d'information sur la formation et l'emploi la plus proche.

## Et s'il venait chatter avec moi ?

Je suis disponible 24h/24, 7 jours sur 7, 365 jours par an sur Messenger. En plus de pouvoir répondre à certaines questions sur l'alternance, je suis régulièrement rejoint par des conseillers du CIDJ, experts dans l'orientation des jeunes. N'hésitez pas à en parler à votre enfant !

Testez le chat Walt  
[m.me/walt.community](https://m.me/walt.community)



### Quelles sont ses attentes et ses contraintes ?

L'objectif est de bien peser le pour et le contre de toutes les options disponibles pour lui.

Pour les attentes, ce peut être le diplôme qu'il vise, les compétences qu'il souhaite acquérir, le temps qu'il voudrait passer en entreprise...

Pour les contraintes, vous pouvez lister les contraintes géographiques (le lieu de sa formation et de son entreprise), le prix, la possibilité ou non d'intégrer la formation...



### A-t-il rencontré ou parlé à un responsable des formations qui l'intéresse ?

Une fois qu'il aura listé les premières formations qui pourraient l'intéresser, il est très important de prendre contact avec l'école ou le CFA, pour en savoir plus. Si votre enfant est encore mineur (ou même s'il est majeur et le veut bien !), n'hésitez pas à vous rendre à ce rendez-vous avec lui, et poser les questions auxquelles il n'aurait lui-même pas pensé.



### **A-t-il bien bien rassemblé tous les éléments nécessaires pour avoir une candidature en béton ?**

Dès qu'il a choisi la formation idéale, veillez à ce qu'il ait bien constitué son dossier de candidature. On lui demandera généralement des informations sur lui, son parcours scolaire, mais également une lettre de motivation, et parfois une lettre de recommandation.

---

## **Le guide pour trouver son entreprise d'accueil**

Vous vous en doutez : il n'est pas évident pour un jeune de comprendre les processus de recrutement des entreprises, et de faire valoir son profil auprès de recruteurs. Mais, en tant que parent, vous pouvez tout de même l'aider !

Pour ne rater aucune étape de sa recherche d'entreprise en alternance, je vous conseille de télécharger et partager avec lui **mon guide spécial : "Comment trouver son entreprise d'accueil en alternance comme un boss ?"**

Dedans, il pourra découvrir :

- Comment trouver des offres d'emploi en alternance
- Comment rédiger un CV pour un poste en alternance ?
- Comment rédiger une lettre de motivation en alternance
- Comment réussir son entretien d'embauche en alternance ?

**Je télécharge le guide  
walt.community**

# Quel contrat et salaire en alternance pour mon enfant ?

# 3.

Votre enfant va signer un contrat en alternance, peut-être le premier contrat de sa jeune vie : il s'agit d'un moment important, où il aura sans doute besoin de votre appui.

Voici quelques éclaircissements pour l'aider dans sa démarche.



## Les 2 types de contrats en alternance

Il existe deux types de contrats pour travailler en alternance : **le contrat d'apprentissage, ou le contrat de professionnalisation.**

Plusieurs éléments diffèrent, selon que votre enfant choisira l'un ou l'autre :



**Le temps qu'il passera en entreprise**



**Son rythme cours / entreprise**

(par exemple 2 jours/3 ou 1 semaine/2)



**La durée** de son contrat



**Sa rémunération**



**L'exonération de charges**

à laquelle il aura droit... ou non



**L'accompagnement obligatoire d'un tuteur  
ou maître d'apprentissage**

**L'école ou le CFA, voire l'entreprise d'accueil, seront bien placés pour vous conseiller** sur le type de contrat à choisir. Mais prenez d'ores et déjà en compte ces différents critères pour sélectionner, avec votre enfant, le contrat qui lui conviendra le mieux.

## Le salaire de votre enfant en alternance

Qu'est-ce que tout cela donne, côté rémunération ? La question est légitime, et sa réponse dépend du type de contrat qu'aura choisi votre enfant, de son âge, ou encore de son niveau d'études.

### Salaire mensuel en contrat de professionnalisation

VOTRE ENFANT...	... A MOINS DE 21 ANS	... A ENTRE 21 ET 25 ANS RÉVOLUS	... PLUS DE 26 ANS
-----------------	-----------------------	----------------------------------	--------------------

... a un niveau inférieur au bac	Minimum 55% du SMIC* 843,68€ en 2020	Minimum 70% du SMIC* 1077,59€ en 2020	ne peut être inférieure au SMIC* (1 539,42€)
----------------------------------	---	--	---

... a un niveau égal ou supérieur au bac	Minimum 65% du SMIC* 1000,62€ en 2020	Minimum 80% du SMIC* 1231,53€ en 2020	ne peut être inférieure au SMIC* (1 539,42€)
--	--	--	---



## Salaire mensuel en contrat d'apprentissage

VOTRE ENFANT...	... A MOINS DE 18 ANS	... A ENTRE 18 ET 20 ANS	... A 21 ANS ET PLUS	... PLUS DE 26 ANS
<b>... est en 1<sup>ère</sup> année</b>	Minimum 27% du SMIC* 410,7€ en 2020	Minimum 43% du SMIC* 654,1€ en 2020	Minimum 53% du SMIC* 806,2€ en 2020	ne peut être inférieure au SMIC* (1 539,42€)
<b>... est en 2<sup>ème</sup> année</b>	Minimum 39% du SMIC* 593,3€ en 2020	Minimum 51% du SMIC* 775,8€ en 2020	Minimum 61% du SMIC* 927,9€ en 2020	ne peut être inférieure au SMIC* (1 539,42€)
<b>... est en 3<sup>ème</sup> année</b>	Minimum 55% du SMIC* 836,7€ en 2020	Minimum 67% du SMIC* 1019,2€ en 2020	Minimum 78% du SMIC* 1186,6€ en 2020	ne peut être inférieure au SMIC* (1 539,42€)



### Pour en savoir +

sur le contrat d'apprentissage  
et le contrat en alternance

- [travail-emploi.gouv.fr](http://travail-emploi.gouv.fr)
- [www.alternance.emploi.gouv.fr](http://www.alternance.emploi.gouv.fr)

## Votre enfant est en situation de handicap ?

Pour les jeunes en situation de handicap, les études peuvent sembler un passage complexe. Cependant, l'alternance en France leur est également **accessible, et même facilitée**, grâce au **contrat d'apprentissage aménagé**.

Un contrat d'apprentissage typique dure en moyenne de 1 à 3 ans, selon le métier visé et le diplôme en cours de préparation. Cependant, en ce qui concerne l'apprentissage d'un travailleur handicapé, **la durée de la formation peut aller jusqu'à 4 ans**, si des aménagements sont nécessaires.

**Vous souhaitez en savoir + ?** Rapprochez-vous de la MDPH de votre région (Maison Départementale des Personnes Handicapées). Elle accompagnera votre enfant avant de se lancer dans un contrat d'apprentissage.

C'est à l'apprenti d'approcher les entreprises qu'il souhaite intégrer, **via l'AGEFIPH (Association de Gestion du Fonds de l'Insertion Professionnelle des Personnes Handicapées) ou de Cap Emploi**. Ainsi, lors de sa candidature, il pourra vous expliquer sa situation et ses **besoins spécifiques**.

Sachez qu'un médecin du travail peut éventuellement prescrire des aménagements du temps de la formation de l'apprenti handicapé si nécessaire (à la fois au CFA et dans l'entreprise).

[\[En savoir plus sur le contrat d'apprentissage aménagé\]](#)





# Quelle aides financières solliciter ?

# 4.



En tant que parent, vous vous intéressez sans doute aux aides financières que votre enfant peut demander lors de sa formation en alternance. Voici une liste de quelques aides auxquelles penser dès qu'il se lance dans son inscription au CFA ou à l'école.



## Formation financée à 100%

Quel que soit l'organisme de formation ou l'école que votre enfant a choisi de faire en alternance, **l'entreprise qui accepte de l'accueillir s'engage à payer la formation de votre enfant.**

Pour information, sachez d'ailleurs que les entreprises acceptent souvent cette situation, car elles bénéficient d'avantages fiscaux lorsqu'elles intègrent des alternants.



## Le remboursement des frais de transport en commun

Les frais de transports mensuels de tous les salariés français, alternants ou non, peuvent être **remboursés à hauteur de 50% ou 100%, selon la région**. Il suffit à votre enfant de transmettre à son entreprise d'accueil son contrat d'abonnement, et il pourra prendre cela en charge.

En plus de ces droits basiques, **la SNCF propose des tarifs préférentiels pour les alternants**.

Il doit se déplacer en TGV ou en Intercités ? Voilà ce que ça donne :

- Il est possible de prendre **un abonnement à tarif réduit pour 9 trajets mensuels** en seconde classe.
- **Au-delà de 9 trajets, il bénéficie de 50% de réduction** sur le plein tarif Loisir

Pour en savoir + : <https://cutt.ly/Qft0Jvd>



## Le remboursement des frais de transport en voiture

Si votre enfant n'a pas encore son permis de conduire, renseignez-vous à votre mairie : certaines régions accordent une aide financière pour l'obtenir.



## L'aide MOBILI-JEUNE, pour payer son loyer

Votre enfant peut demander l'aide MOBILI-JEUNE s'il a moins de 30 ans, est en alternance dans une entreprise privée (hors secteur agricole), et touche moins que le SMIC. S'il y a droit, l'aide MOBILI-JEUNE lui permettra de toucher 10 à 100€ par mois, pour l'aider à payer son loyer.

**En associant cette aide aux Aides Personnalisées au Logement** (qui dépendent de son revenu, et du revenu de ses parents s'il est mineur), il se retrouvera avec une belle aide au logement.

## Un tutoriel pour faire sa demande d'APL

Il est fort probable que votre enfant, s'il s'installe seul pour sa formation, soit éligible à l'Aide Personnalisée pour le Logement (APL), qui lui permet de toucher une somme d'argent tous les mois, pour l'aider à payer son loyer.

Pour ne rater aucune étape de sa demande d'APL, n'hésitez pas à lui partager le guide que j'ai conçu sur le sujet, pour l'accompagner de A à Z dans cette procédure.

**Consulter le guide de la demande d'APL**

<https://cutt.ly/8ft07J4>



## La prime d'activité pour les apprenti(e)s

Votre enfant à plus de 18 ans et vit en France ?

Il peut bénéficier de **la prime d'activité** si celui-ci remplit les conditions suivantes :

- assumer seul(e) la charge d'un ou de plusieurs enfants
- ou avoir une activité professionnelle (salariée ou non) dont le revenu mensuel net est supérieur à 943,44 €

Pour en savoir + : <https://cutt.ly/hft2JWK>



## La Carte d'étudiant des métiers

Peut-être avez-vous entendu parler de sa cousine, la carte étudiante. Tout comme elle, la carte d'apprenti permet de **bénéficier de réductions sur ses loisirs** :

- Les musées et le cinéma, pour continuer à se cultiver ;
- Certaines activités sportives, pour se dégourdir les jambes ;
- Certains restaurants, pour reprendre tout l'énergie qu'il faut pour réussir sa formation...

Elle est à demander à l'école ou au CFA de votre enfant, dès que son inscription est bien finalisée.



# Comment trouver un logement pour son alternance ?

# 5.

Si votre enfant choisit une formation assez éloignée de votre domicile, il devra sans doute prendre son envol du nid familial.

Voici mes conseils concrets pour l'accompagner dans la recherche de son nouveau chez-lui.



## Où lui trouver un logement pendant son alternance ?

Trouver un logement abordable, notamment dans une grande ville, peut s'avérer assez complexe. Pour mettre toutes les chances de son côté, proposez à votre enfant de chercher avec...



**Les agences immobilières proches de là où vous voulez loger.** Venir en direct leur parler permet de créer un lien immédiat, et de montrer qu'il est motivé.



**Les sites pour trouver un logement**, comme [SeLoger](#), [PAP](#), ou encore [ParuVendu](#). Attention, il y a de la concurrence, notamment pour les grandes villes !



**Les groupes Facebook spécialisés** dans la recherche d'appart'. Par exemple, pour Paris, vous pouvez aller voir du côté de [Paris BON PLAN](#). Pour toutes les autres villes, essayez les groupes "WANTED", qui rassemblent de nombreux utilisateurs. Vous pourrez notamment y trouver des propositions de colocation ou de sous-location.



**Consultez Le Guide du Routard de l'alternance** qui rassemble toutes les bonnes pratiques pour trouver un logement.



Pensez aussi à vous rapprocher **de l'école ou CFA** de votre enfant, **des foyers de jeunes travailleurs** (il s'agit d'endroits où logent uniquement des apprentis, avec des loyers très accessibles.)

Il s'agit d'être réactif, et de rester en éveil jusqu'à ce que vous trouviez l'appartement idéal. N'oubliez pas **l'aide MOBILI-JEUNE** (p.19)



Votre enfant est prêt à se lancer dans l'aventure de la recherche d'alternance... et vous, à l'épauler au mieux dans cette nouvelle étape de sa vie !  
N'oubliez pas que vous l'accompagnez.  
Votre enfant a besoin de...

**Se renseigner sur son orientation ?**

**Avoir des conseils concrets  
sur sa vie professionnelle à venir ?**

**Découvrir les formations en alternance disponibles ?**

**Trouver des offres d'emploi en alternance ?**



Direction le site de Walt., où il trouvera tout ce qu'il lui faut pour entamer son orientation professionnelle dans les règles de l'art.

Je consulte le site  
walt.community !



**walt.**  
LA VOIX DE L'ALTERNANCE