ALTERNANCE — LE DROIT, SANS JARGON

Tes droits, tes devoirs d'apprenti·e salarié·e.

MISE À JOUR : OCTOBRE 2026

FICHE 1 — TON CONTRAT, TON STATUT

Tu es salarié·e à part entière — en entreprise comme en formation. Le contrat d'apprentissage est un contrat de travail (CDD spécifique ou CDI avec période d'apprentissage), ouvert de 16 à 29 ans révolus — dès 15 ans si tu as terminé ta 3e ; jusqu'à 35 ans révolus pour un nouveau contrat vers un diplôme supérieur, ou après la rupture du précédent pour une raison indépendante de ta volonté ou une inaptitude temporaire, à moins d'un an d'écart ; sans limite d'âge si tu es reconnu·e travailleur handicapé, si ton projet de création ou de reprise d'entreprise suppose la certification, si tu es sportif·ve de haut niveau, ou si tu repasses ton examen chez un autre employeur. Le temps passé au CFA est du temps de travail. Le contrat est établi sur le formulaire officiel (Cerfa) et déposé auprès de l'OPCO de l'entreprise.

Les **45 premiers jours de formation pratique en entreprise** (consécutifs ou non) valent période d'essai : rupture libre de part et d'autre.

FICHE 2 — TA RÉMUNÉRATION

Ton salaire est un pourcentage du SMIC (à partir de 21 ans, du minimum conventionnel de ton emploi s'il est supérieur), selon ton âge et ton année de contrat : de **27 %** (moins de 18 ans, 1re année) à **78 %** (21-25 ans, 3e année) — et **100 %** à partir de 26 ans. Les montants en euros de l'année en cours (**SMIC au 1er juin 2026 : 1 867,02 € brut/mois**) sont dans le simulateur de salaire sur **ems-epinay.com/simulateur-salaire**.

Pour les contrats commencés depuis le 1er mars 2025, la part de ton salaire brut au-delà de 50 % du SMIC (933,51 € par mois) supporte les cotisations salariales, la CSG et la CRDS : plus ton salaire dépasse ce seuil, plus ton net s'éloigne de ton brut. Ta formation, elle, reste gratuite : 0 € pour toi et ta famille (art. L6211-1).

FICHE 3 — TON TEMPS DE TRAVAIL

- **Durée légale** : 35h/semaine, formation comprise — les heures au CFA sont du temps de travail effectif.
- **Majeur·e** : heures supplémentaires possibles dans les conditions de droit commun.
- **Mineur·e** : pas plus de 8h/jour ni 35h/semaine (dérogations encadrées), une pause de 30 minutes après 4h30 de travail, pas de travail de nuit, ni le dimanche ni les jours fériés (sauf secteurs autorisés), repos de 2 jours consécutifs par semaine.
- **Congés** : 5 semaines de congés payés par an, dont ton employeur fixe les dates — et **5 jours ouvrables de congé de révision**, rémunérés, dans le mois qui précède tes épreuves (art. L6222-35). Moins de 21 ans au 30 avril de l'année précédente : tu peux prendre 30 jours ouvrables de congé par an même si tu ne les as pas tous acquis, les jours non acquis étant sans solde (art. L3164-9).

FICHE 4 — TA PROTECTION SOCIALE

Tu es affilié·e au régime général de la Sécurité sociale comme tout salarié : maladie, maternité, accidents du travail, retraite (tes trimestres comptent). Tu bénéficies de la mutuelle d'entreprise (participation employeur au moins 50 %) et, le cas échéant, de la prévoyance. La visite d'information et de prévention (médecine du travail) a lieu dans les 2 mois qui suivent ton embauche — avant l'embauche si tu es mineur·e.

FICHE 5 — TES DEVOIRS

- **Assiduité** — en entreprise ET en formation : les absences au CFA se justifient comme des absences au travail, elles sont signalées à ton employeur (et à tes représentants légaux si tu es mineur·e).
- **Respecter le règlement intérieur** du CFA et celui de l'entreprise, ainsi que les consignes de santé-sécurité.
- **Te présenter aux épreuves** de ta certification — c'est l'objet même du contrat.
- **Effectuer les missions confiées** en lien avec ta formation, avec loyauté.

FICHE 6 — LES OBLIGATIONS DE TON EMPLOYEUR

- Te verser ton salaire et te confier des missions en rapport avec ta certification, avec une progression.
- Te désigner un **maître d'apprentissage** qualifié et disponible.
- Te laisser le temps de formation au CFA (sur le temps de travail) et le congé de révision.
- Assurer ta santé-sécurité : évaluation des risques, équipements de protection, formation renforcée si tu es mineur·e.
- T'inscrire et te présenter aux épreuves.

FICHE 7 — SANTÉ ET SÉCURITÉ AU TRAVAIL

- **Accident du travail ou de trajet** : informe ton employeur dans les **24 heures** (sauf force majeure) ; il déclare à la CPAM sous **48 heures** (dimanches et jours fériés non compris). Fais constater tes blessures par un médecin (certificat médical initial). Le trajet domicile-travail et domicile-CFA est couvert.
- **Indemnisation AT/MP** : prise en charge des soins à 100 % du tarif de base, sans avance de frais ; indemnités journalières versées **sans condition d'ancienneté ni d'heures travaillées**, jusqu'à la guérison ou la consolidation (pour un arrêt qui commence à partir du 1er janvier 2027 : 4 ans au plus par période d'incapacité).
- **Droit de retrait** : face à un danger grave et imminent, tu peux te retirer de la situation après avoir alerté ton employeur (art. L4131-1) — sans sanction ni retenue de salaire.
- **Qui veille** : le CSE de l'entreprise (et sa commission santé-sécurité dans les grandes entreprises), la médecine du travail, l'inspection du travail (DRIEETS en Île-de-France).

FICHE 8 — LA FIN NORMALE DU CONTRAT

Le contrat prend fin à son terme (fin de cycle de formation). Si tu obtiens ta certification avant le terme, tu peux partir en prévenant ton employeur par écrit au moins un mois avant (art. R6222-23), au plus tôt le lendemain de la publication des résultats — parles-en à l'école. À la sortie : certificat de travail, solde de tout compte, attestation France Travail (pour tes droits éventuels à l'assurance chômage — oui, tes mois d'apprentissage comptent).

FICHE 9 — LA RUPTURE AVANT TERME

- **Pendant les 45 premiers jours en entreprise** : rupture libre, sans motif.
- **Accord commun** : possible à tout moment, par écrit signé des deux parties.
- **Par l'employeur** : uniquement faute grave, inaptitude, force majeure, décès de l'employeur maître d'apprentissage dans une entreprise unipersonnelle, ou exclusion définitive du CFA (procédure de licenciement) ; en cas de liquidation judiciaire sans maintien de l'activité, ou quand il est mis fin à ce maintien, le liquidateur notifie la rupture et tu as droit à une indemnité au moins égale aux salaires que tu aurais perçus jusqu'au terme.
- **À ton initiative** : saisine préalable obligatoire du médiateur de l'apprentissage, puis information écrite de l'employeur (au plus tôt 5 jours calendaires après la saisine), la rupture prenant effet au plus tôt 7 jours calendaires après cette information. Le circuit détaillé : **Brochure rupture de contrat**.

Le médiateur de l'apprentissage (médiation consulaire, gratuite, sans avocat) — c'est **l'activité de ton entreprise** qui le désigne, pas l'école.
Commerce, industrie, services : la chambre de commerce et d'industrie dont relève ton entreprise — en Île-de-France, la CCI Paris Île-de-France · cmercuri@cci-paris-idf.fr · 01 55 65 44 44 · 11 rue Léon Jouhaux, 75010 Paris.
Immatriculée au répertoire des métiers : la CMA du département de ton entreprise — mediation.93@cma-idf.fr pour la Seine-Saint-Denis, et de même pour le 75, 77, 78, 91, 92, 94 et 95.
Agriculture : la chambre d'agriculture. **Employeur public** : le service RH de proximité (D6274-1).
La procédure est **gratuite**. Marche à suivre : service-public.gouv.fr (fiche F31633). Un doute sur la bonne chambre ? Demande-nous, on cherche avec toi.

FICHE 10 — APRÈS UNE RUPTURE : TU CONTINUES

Tu peux poursuivre ta formation pendant **6 mois** sous statut de stagiaire de la formation professionnelle (art. L6222-18-2), protection sociale maintenue, le temps de retrouver un employeur. L'école établit avec toi un **Plan de poursuite de formation** : aide au CV, simulations d'entretien, mise en relation avec les partenaires. Contacte l'école dès la rupture : contact@ems-epinay.com · 01 84 21 01 51.

FICHE 11 — LES ACTEURS AUTOUR DE TOI

QUI	POUR QUOI	CONTACT
Ton maître d'apprentissage	Ton quotidien en entreprise	—
EMS — direction et suivi	Tout sujet école, aménagements, difficultés	contact@ems-epinay.com · 01 84 21 01 51
Responsable relations entreprises	Relations entreprises, contrats	Glenn Roullier — g.roullier@ems-epinay.com
Référente droits et devoirs EMS	Ton statut, tes obligations, médiation	Oumaima Touil — o.touil@ems-epinay.com
Référente handicap EMS	Aménagements, RQTH	Claudiane Nguetsop — c.nguetsop@ems-epinay.com · 01 84 21 01 51
Médiateur de l'apprentissage	Litiges du contrat, rupture	La chambre de ton entreprise — le plus souvent CCI Paris ÎdF, cmercuri@cci-paris-idf.fr · 01 55 65 44 44
France Travail / Mission locale	Droits, accompagnement emploi	francetravail.fr · ta mission locale : lannuaire.service-public.gouv.fr
Défenseur des droits	Discriminations, droits fondamentaux	09 69 39 00 00 · defenseurdesdroits.fr
Inspection du travail (DRIEETS)	Conditions de travail	idf.drieets.gouv.fr

Tes avantages : la carte d'étudiant des métiers (réductions étudiantes), les aides au logement et à la mobilité — tout est détaillé dans le **Guide des aides étudiantes** et le **Précis des avantages** sur **ems-epinay.com/vie-etudiante**.

⚠ L'aide au permis de conduire de 500 € n'existe plus : elle a été supprimée par la loi de finances pour 2026 (loi n° 2026-103 du 19 février 2026, art. 202) et n'est plus attribuée depuis le 21 février 2026.

Ce précis vulgarise le droit applicable en octobre 2026 (Code du travail, art. L6211-1 et suivants) — il ne remplace ni les textes ni un conseil personnalisé. Un doute, un cas particulier ? L'école répond : contact@ems-epinay.com.

EPINAY MANAGEMENT SCHOOL
SAS au capital de 10 000 € · 36 avenue Salvador Allende — 93800 Épinay-sur-Seine · 951 023 183 R.C.S. Bobigny · NDA n° 11 93 12183 93 — cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État
contact@ems-epinay.com · 01 84 21 01 51 · ems-epinay.com