

[Tout savoir sur l'alternance](#)

C'est quoi l'alternance ?

L'**alternance** est un mode de formation qui allie études et travail en entreprise. Cela signifie **que vous allez travailler simultanément en entreprise et en centre de formation où vous êtes inscrit.**

Ce dispositif de formation en alternance vous permet de préparer un diplôme, d'acquérir des connaissances et d'exploiter des compétences directement en entreprise.



Les avantages de l'alternance

- Associer formation théorique et mettre en pratique directement en entreprise
- Acquérir des compétences et une expérience professionnelle immédiatement
- Avoir le double statut : étudiant et salarié avec les avantages de chacun
- Etre rémunéré et suivre une formation gratuitement car payée par l'entreprise
- Décrocher un diplôme jusqu'à Bac+6
- Etre accompagné par un maître d'apprentissage ou un tuteur, garantie d'une bonne transmission des compétences
- Découvrir les métiers possibles dans le futur
- Avoir l'opportunité de transformer le contrat en alternance en contrat à long terme avec son entreprise. En effet, l'alternance est considérée comme un des meilleurs moyens d'insertion dans la vie active.
- Percevoir des aides variées en transport, logement et des réductions sur les activités sportives et culturelles.

Avantages pour l'entreprise

L'entreprise devient « **acteur de formation** » en transmettant des compétences à des jeunes en formation qui apportent un regard extérieur neuf. L'alternance permet également d'opérer un pré-recrutement de ses futurs salariés, de constituer un vivier de futurs collaborateurs et de disposer de salariés directement opérationnels.

Les périodes d'alternance varient selon les établissements (trois jours en entreprise/ deux jours en formation, deux semaines en entreprise/ une semaine à l'école) et également au cours de l'année (par exemple en introduisant davantage de jours à l'école en début d'année et des périodes plus longues en entreprise/organisme public en fin d'année scolaire/universitaire). Ainsi, le rythme d'alternance dépend du type de formation et du centre de formation.

Pour qui ?

L'alternance est accessible aux jeunes de 16 à 26 ans et aux demandeurs d'emploi de plus de 26 ans.

L'alternance comprend deux types de contrats : le contrat d'apprentissage et le contrat de professionnalisation.

- Le contrat d'apprentissage : ce contrat de travail particulier est signé, pour une durée déterminée de 1 à 3 ans ou en CDI, entre un jeune de 16 à 26 ans (ou ses parents lorsqu'il est mineur), le centre de formation d'apprentis AFTRAL et une organisation ou entreprise privée ou publique.

- Le contrat de professionnalisation : ce contrat de travail en CDD de 6 à 12 mois ou en CDI est signé entre une entreprise, un jeune de moins de 26 ans ou un demandeur d'emploi de plus de 26 ans et le centre de formation AFTRAL.

Quelles formations ?

Plus de 6500 alternants ont suivi les formations AFTRAL en alternance en 2014.

Découvrez tous les diplômes et titres certifiés en alternance, du CAP à BAC +6, dans notre catalogue de formations

Pour tout renseignement ou demande sur l'alternance : contactez nous