

Mon apprentissage en 180 secondes

Règlement du concours 2026

1. Présentation du concours

Le concours « Mon apprentissage en 180 secondes », organisé par le CFA des Universités Centre-Val de Loire en collaboration avec l'Université d'Orléans, l'Université de Tours, l'ESAD et sous l'égide du réseau ANASUP, a pour objet de permettre aux apprentis, sous contrat d'apprentissage, dudit CFA de présenter leur expérience de l'apprentissage en 180 secondes devant un jury composé de personnalités internes et externes (partenaires pédagogiques, représentants d'entreprises, de collectivités territoriales, etc.).

Ce concours offre une occasion unique aux participants de parfaire leurs aptitudes en communication, de valoriser les spécificités de leur parcours de formation en apprentissage chez leur employeur, avec le CFA et l'établissement de formation, de présenter leurs compétences et leur projet professionnel.

2. Critères d'admissibilité

Pour prendre part au concours « Mon apprentissage en 180 secondes », les participants doivent satisfaire aux conditions d'admissibilité suivantes :

- Le candidat doit être inscrit en formation apprentissage au CFA des Universités Centre-Val de Loire au sein des universités d'Orléans, de Tours ou de l'ESAD d'Orléans ;
- Avoir fait signer l'attestation de participation au concours par son maître d'apprentissage ;
- S'exprimer en français ;
- Se tenir disponible pour les sessions de training en distanciel (début 2026) et pour la finale : du 05 mars 2026 (en présentiel à Bourges) pour les apprentis, sous contrat d'apprentissage, dépendants de l'IUT de Bourges, du 28 avril 2026 (en présentiel à Orléans) pour les apprentis, sous contrat d'apprentissage, dépendants d'un site de formation de la ville d'Orléans, Chartres, d'Issoudun ou de Châteauroux et du 18 juin 2026 (en présentiel à Tours) pour les apprentis dépendants d'un site de formation de la ville de Tours ou de Blois.

3. Inscription et présélection

L'inscription des apprentis, sous contrat d'apprentissage, s'effectue suivant les modalités suivantes :

Pour les apprentis, sous contrat d'apprentissage, dépendants du site de formation de l'IUT de Bourges :

La période de candidature est ouverte du 1er septembre 2025 au 10 décembre 2025.

Pour soumettre sa candidature, l'apprenti doit, au plus tard le 10 décembre 2025 à 23h59, accomplir les deux étapes suivantes :

- Étape A - Soumission en ligne :
 - Remplir intégralement le formulaire de candidature accessible en ligne.
 - Téléverser la vidéo de présélection directement sur la même plateforme, conformément au cahier des charges de l'Annexe 2.
 - *Un accusé de réception automatique sera envoyé par courriel après la soumission du formulaire et de la vidéo.*
- Étape B - Dépôt de l'attestation :
 - Faire compléter et signer l'attestation de participation (Annexe 1) par son maître d'apprentissage.

- Déposer ce document selon les modalités qui seront précisées sur la plateforme d'inscription.

L'inscription ne sera considérée comme valide et complète que lorsque l'ensemble de ces éléments (formulaire, vidéo et attestation) aura été reçu par les organisateurs.

- Processus de présélection : à l'issue de la période de candidature, un jury de sélection se réunira (en présentiel ou en visioconférence) pour évaluer les candidatures valides.
- Le jury sélectionnera les dix (10) meilleurs candidats pour chaque finale, en se basant sur les critères d'évaluation définis. Cette délibération n'est pas publique.
- En cas d'égalité entre plusieurs candidats pour la dernière place qualificative, la décision finale reviendra à la Directrice du CFA des Universités Centre-Val de Loire.
- Les candidats seront informés par courriel de l'avancement de leur dossier à chaque étape clé du processus.

Pour les apprentis, sous contrat d'apprentissage, dépendants d'un site de formation de la ville d'Orléans, Chartres, d'Issoudun ou de Châteauroux :

La période de candidature est ouverte du 1er septembre 2025 au 16 janvier 2026.

Pour soumettre sa candidature, l'apprenti doit, au plus tard le 16 janvier 2026 à 23h59, accomplir les deux étapes suivantes :

- Étape A - Soumission en ligne :
 - Remplir intégralement le formulaire de candidature accessible en ligne.
 - Téléverser la vidéo de présélection directement sur la même plateforme, conformément au cahier des charges de l'Annexe 2.
 - *Un accusé de réception automatique sera envoyé par courriel après la soumission du formulaire et de la vidéo.*
- Étape B - Dépôt de l'attestation :
 - Faire compléter et signer l'attestation de participation (Annexe 1) par son maître d'apprentissage.
 - Déposer ce document selon les modalités qui seront précisées sur la plateforme d'inscription.

L'inscription ne sera considérée comme valide et complète que lorsque l'ensemble de ces éléments (formulaire, vidéo et attestation) aura été reçu par les organisateurs.

- Processus de présélection : à l'issue de la période de candidature, un jury de sélection se réunira pour évaluer les candidatures valides.
- Le jury sélectionnera dix (10) candidats pour chaque finale, en se basant sur les critères d'évaluation définis. Cette délibération n'est pas publique.
- En cas d'égalité entre plusieurs candidats pour la dernière place qualificative, la décision finale reviendra à la Directrice du CFA des Universités Centre-Val de Loire.
- Les candidats seront informés par courriel de l'avancement de leur dossier à chaque étape clé du processus.

Pour les apprentis, sous contrat d'apprentissage, dépendants d'un site de formation de la ville de Blois ou de Tours :

La période de candidature est ouverte du 1er septembre 2025 au 20 mars 2026.

Pour soumettre sa candidature, l'apprenti doit, au plus tard le 20 mars 2026 à 23h59, accomplir les deux étapes suivantes :

- Étape A - Soumission en ligne :
 - Remplir intégralement le formulaire de candidature accessible en ligne.
 - Téléverser la vidéo de présélection directement sur la même plateforme, conformément au cahier des charges de l'Annexe 2.

- *Un accusé de réception automatique sera envoyé par courriel après la soumission du formulaire et de la vidéo.*
- Étape B - Dépôt de l'attestation :
 - Faire compléter et signer l'attestation de participation (Annexe 1) par son maître d'apprentissage.
 - Déposer ce document selon les modalités qui seront précisées sur la plateforme d'inscription.

L'inscription ne sera considérée comme valide et complète que lorsque l'ensemble de ces éléments (formulaire, vidéo et attestation) aura été reçu par les organisateurs.

- Processus de présélection : à l'issue de la période de candidature, un jury de sélection se réunira pour évaluer les candidatures valides.
- Le jury sélectionnera dix (10) candidats pour chaque finale, en se basant sur les critères d'évaluation définis. Cette délibération n'est pas publique.
- En cas d'égalité entre plusieurs candidats pour la dernière place qualificative, la décision finale reviendra à la Directrice du CFA des Universités Centre-Val de Loire.
- Les candidats seront informés par courriel de l'avancement de leur dossier à chaque étape clé du processus.

4. Coaching

Les candidats sélectionnés bénéficieront ensuite de 2 séances individuelles de 2h de training en visioconférence en vue de préparer les finales du 05 mars 2026 à Bourges, du 28 avril 2026 à Orléans et du 18 juin 2026 à Tours.

5. Finale du concours

a. Date-lieu

La finale du concours "Mon apprentissage en 180 secondes" se tiendra le 05 mars 2026 en début de soirée, au sein de l'IUT de Bourges, le 28 avril 2026 en début de soirée à Orléans, et le 18 juin 2026 en début de soirée à Tours.

Les candidats finalistes seront convoqués plus tôt dans la journée pour faciliter l'organisation de cette finale (répétition, repérage des lieux, échange avec les organisateurs et techniciens, etc.).

b. Jury

Le jury de la finale, présidé par une personnalité qualifiée désignée par les organisateurs, est composé de représentants de nos établissements partenaires et du monde socio-économique. Il a pour mission d'établir le classement des candidats avec les membres du jury et d'annoncer les lauréats du concours.

c. Prix

4 prix seront remis lors de chacune des finales du concours "Mon apprentissage en 180 secondes" par les organisateurs et leurs partenaires.

- **Le premier prix est : 1 000 €** (par chèque ou virement)
- **Le second prix est : 500 €** (par chèque ou virement)
- **Le troisième prix est : 250 €** (par chèque ou virement)
- **Le quatrième prix, dit « Prix du public », est : un cadeau d'une valeur maximale de 150 € TTC.** La nature de ce cadeau est laissée à la libre appréciation de l'offrant. Ce prix est cumulable avec l'un des trois premiers prix. Il est attribué suite au vote du public. En cas de retransmission en direct de la finale, le vote en ligne sera rendu accessible via un QR code communiqué au démarrage de la soirée.

d. Critères d'évaluation du jury

La prestation de chaque finaliste sera évaluée par le jury selon une grille de notation sur 42 points, répartis en quatre axes principaux. L'appréciation se focalisera sur le fond du message et sur la capacité du candidat à rendre son expérience claire et inspirante.

1. Éloquence et présence scénique (sur 12 points) *Cet axe évalue la maîtrise de la communication orale et la capacité à engager l'auditoire.*

- **Qualités oratoires** : clarté de la voix, rythme, articulation, aisance gestuelle et présence sur scène.
- **Engagement de l'auditoire** : capacité à susciter la curiosité, à transmettre une énergie et à maintenir l'attention.

2. Clarté et médiation du message (sur 12 points) *Cet axe évalue la capacité à rendre un propos complexe accessible et pertinent.*

- **Vulgarisation et pédagogie** : utilisation d'un langage clair, adapté à un public non spécialiste.
- **Pertinence des illustrations** : choix judicieux des exemples ou anecdotes pour illustrer et renforcer le message.

3. Construction du récit et valorisation de l'apprentissage (sur 18 points) *Cet axe évalue la cohérence de la narration et la mise en lumière de la richesse du modèle de l'apprentissage.*

- **Structuration de l'exposé** : logique de l'enchaînement des idées, clarté de l'introduction et de la conclusion.
- **Valorisation de l'expérience** : explication concrète des missions, des compétences développées, des succès et des enseignements tirés.
- **Mise en avant de l'écosystème** : reconnaissance du rôle des acteurs de l'apprentissage (maître d'apprentissage, tuteur, CFA) et des relations humaines dans la réussite du parcours.

Un critère "Coup de cœur", non inclus dans le décompte des points, pourra être attribué par les membres du jury pour distinguer une prestation jugée particulièrement exceptionnelle.

En cas d'égalité entre plusieurs candidats à l'issue des délibérations, la voix du président du jury est prépondérante pour les départager.

6. Garantie des participants

Chaque candidat garantit l'originalité de la présentation qu'il réalise, à défaut de quoi le plagiat ou la contrefaçon pourraient lui être reprochés et le candidat concerné en supporterait seul toutes les conséquences.

Les présentations ne doivent pas être constitutives de contenu : à caractère raciste, à caractère diffamatoire, injurieux, calomnieux à l'égard de tiers, personnes physiques ou morales, constituant une contrefaçon d'un droit de propriété intellectuelle, contraire à la loi.

Le participant garantit qu'il est le seul titulaire des droits d'auteur relatifs à ses présentations orale et visuelle et déclare qu'il a, le cas échéant, procédé à toute acquisition de droits à son profit de la part de toute personne physique ou morale qui aurait contribué, à un titre quelconque, à l'écriture ou à la conception de ces présentations.

Le CFA des Universités Centre-Val de Loire, l'Université d'Orléans, l'Université de Tours et l'ESAD sont chargés d'assumer les questions de droits à l'image : chaque participant doit signer une cession de droits à l'image afin que les photos, vidéos et webdiffusion de l'évènement puissent être exploitées sur tous les canaux de communications possibles (sites Internet et médias sociaux, presse, etc.)

7. Déroulement de l'épreuve

Les apprentis doivent raconter leur expérience de l'apprentissage en 3 minutes. Aucun support ne sera autorisé le jour de la finale.

a. Départ

- Les participants ont 180 secondes pour présenter leurs missions d'apprentissage et expliquer comment elles sont menées ;
- Le chronomètre digital (avec projection murale) doit effectuer le décompte en partant de 180 secondes, jusqu'à 0 ;
- Les mots d'introduction seront considérés dans le temps de communication.

b. Interruption

- En aucun cas, le chronomètre digital ne pourra être remis à zéro (même si le participant a un trou de mémoire, s'il s'aperçoit qu'il a fait une erreur ou s'il estime qu'il n'était pas prêt), sauf en cas de problème technique majeur ;
- Le participant ne sera pas autorisé à interrompre lui-même sa présentation.

c. Fin

- Un signal sonore retentira quand les 180 secondes seront écoulées (aucune seconde de tolérance ne sera accordée) ;
- La décision du jury est sans appel.

8. Traitement des données à caractère personnel et droit à l'image

a. Co-responsabilité de traitement

Dans le cadre de l'organisation du concours « Mon apprentissage en 180 secondes », le CFA des Universités Centre-Val de Loire, l'Université de Tours, l'Université d'Orléans et l'ESAD d'Orléans agissent en tant que co-responsables de traitement.

b. Traitement des données nécessaires à la participation

- **Finalité et base légale** : la participation au concours requiert la collecte de données personnelles (identité, coordonnées, formation, entreprise, vidéo de candidature). Ce traitement a pour unique finalité la gestion des inscriptions, l'organisation des présélections et des finales, et la communication avec les candidats. La base légale de ce traitement est le **consentement** du participant, formalisé lors du remplissage du formulaire d'inscription en ligne.
- **Caractère obligatoire** : la fourniture de ces données est nécessaire pour valider la participation. Le refus de les fournir ou le retrait ultérieur du consentement entraîne l'annulation de la candidature.
- **Destinataires** : les données sont destinées aux services habilités des co-organisateurs.
- **Durée de conservation** : les données des candidats non retenus sont supprimées à l'issue du concours. Les données des finalistes sont conservées pour une durée de **18 mois** à compter de la fin de l'événement, à des fins d'archivage et de suivi.

c. Cession du droit à l'image

- **Finalité et base légale** : indépendamment de l'inscription, il est demandé aux participants d'autoriser, à titre gracieux, la captation, la reproduction et la diffusion de leur image et de leur voix. Ce traitement a pour finalité la communication et la valorisation du concours, des apprentis, sous contrat d'apprentissage, et du modèle de l'apprentissage. La base légale de ce traitement est le consentement spécifique, libre et éclairé du participant, recueilli via un formulaire d'autorisation distinct.
- **Caractère facultatif** : le refus de céder son droit à l'image n'empêche pas la participation au concours.
- **Supports de diffusion** : les supports incluent, sans s'y limiter : sites web et réseaux sociaux des organisateurs, supports papier (plaquettes, affiches), projections publiques, et tout support de communication non commerciale visant à promouvoir l'événement et la formation par apprentissage.
- **Durée de la cession** : cette autorisation est valable pour une durée de **10 ans** à compter de la date de la finale, pour une diffusion dans le monde entier.

d. Droits des participants

Conformément à la réglementation en vigueur, vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'effacement, de limitation et de portabilité sur vos données.

Vous avez également le droit de retirer votre consentement à tout moment.

- Le retrait du consentement à la participation (X.2) met fin à votre inscription au concours.
- Le retrait du consentement au droit à l'image (X.3) met fin à toute nouvelle diffusion de votre image.

Le retrait du consentement n'affecte pas la licéité des traitements effectués avant ce retrait.

Pour exercer vos droits, vous pouvez contacter les Délégués à la Protection des Données aux adresses suivantes : dpo@cfa-univ.fr, dpo@univ-tours.fr, dpo@univ-orleans.fr, contact@esad-orleans.fr.

Si vous estimez que vos droits ne sont pas respectés, vous pouvez adresser une réclamation à la CNIL.

Annexe 1 : attestation de participation au concours

Annexe 2 : cahier des charges

Contacts :

ma180s@cfa-univ.fr

ATTESTATION DE PARTICIPATION AU CONCOURS MON APPRENTISSAGE EN 180 SECONDES

MON
APPRENTISSAGE
EN 180
SECONDES

L'exécution du concours nécessite la mise en place d'un traitement de données à caractère personnel.

L'EMPLOYEUR :

Raison sociale

Adresse

Représenté par :

☐ AUTORISE son apprenti :

Nom : Prénom :

À participer au concours **MON APPRENTISSAGE EN 180 SECONDES** dont les finales auront lieu les 05 mars 2026, 28 avril 2026 ou 18 juin 2026 et à diffuser des informations concernant l'employeur susmentionnée.

Règlement du concours disponible ici :

L'apprenti susmentionné :

☐ autorise à titre gracieux l'université d'Orléans, l'université de Tours, l'ESAD d'Orléans, le CFA des Universités Centre-Val de Loire et l'ANASUP par le biais de ses Présidents ou de ses représentants, ou tout partenaire autorisé par ces dernières, à capter et à reproduire mon image et ma voix, ou celles de la personne susmentionnée, sur :

- tous supports de formation ;
- tous supports d'offre de formation ;
- tous supports de communication ;
- tous supports de valorisation de la recherche ;
- tous supports de promotion des partenaires pédagogiques : les universités d'Orléans, de Tours et l'ESAD d'Orléans ;

et ce quelle qu'en soit la forme sur tous supports et par tous procédés, connus ou inconnus à ce jour, tels que notamment :

- Supports papiers (plaquette, affiche, brochure...), informatiques, audiovisuels et numériques ;
- Internet (incluant notamment site Web, Intranet, blogs, réseaux sociaux) et plus généralement tous moyens de communication électronique ;
- Expositions et projections publiques.

Ces supports auront une diffusion non commerciale auprès de nos publics cibles (partenaires, apprentis, enseignants...).

J'autorise dans les mêmes conditions l'université d'Orléans, l'université de Tours, l'ESAD d'Orléans et le CFA des Universités Centre-Val de Loire, à mentionner mes noms et prénoms, ou ceux de la personne susmentionnée, lors de l'utilisation de mon/son image. Les légendes et commentaires accompagnant les prises de vue ou vidéos me représentant ou représentant la personne susmentionnée ne devront pas porter atteinte à ma/sa réputation.

Les universités d'Orléans et de Tours, l'ESAD d'Orléans et le CFA des Universités Centre-Val de Loire agissent en tant que co-responsables du traitement de vos données personnelles dans le cadre de l'organisation et de la promotion du concours « Mon apprentissage en 180 secondes ».

1. Données nécessaires à l'inscription et à la gestion du concours : vos données d'identification (nom, prénom, coordonnées) sont collectées et traitées car elles sont indispensables à l'exécution de votre inscription et à la gestion administrative du concours. En cas de refus de fournir ces informations, votre participation ne pourra être validée.

2. Données soumises à consentement (droit à l'image) : votre image (photographies, vidéos) est susceptible d'être captée et utilisée à des fins de communication et de promotion de l'événement sur les supports des organisateurs. Ce traitement est fondé uniquement sur votre consentement libre et éclairé. Vous pouvez refuser ou retirer votre consentement à tout moment, sans que cela n'affecte votre participation au concours.

Les données collectées seront conservées pour une durée de 18 mois à compter de la fin de l'événement.

Conformément à la réglementation en vigueur, vous disposez des droits suivants sur vos données personnelles :

- un droit d'accès, de rectification et d'effacement ;
- un droit d'opposition au traitement de vos données ;
- un droit à la limitation du traitement ;
- un droit à la portabilité de vos données ;
- le droit de définir des directives relatives au sort de vos données après votre décès.

Vous disposez également du droit d'introduire une réclamation auprès de la Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés (CNIL).

Je dispose également d'un droit de retirer à tout moment mon consentement, sans conséquence pour la licéité des traitements effectués préalablement à ce retrait. Je peux exercer l'ensemble de ces droits en écrivant à dpo@univ-tours.fr, dpo@univ-orleans.fr, contact@esad-orleans.fr et dpo@cfa-univ.fr. Je dispose du droit d'introduire une réclamation auprès d'une autorité de contrôle.

Cette autorisation est valable pour une durée de 10 ans et concédée pour le monde entier.

Fait en trois exemplaires,

à

le/...../.....

Signature de l'apprenti majeur

Cachet de l'employeur +
Nom du signataire

Cahier des charges vidéo pré-sélection

“Mon apprentissage en 180 secondes”

MON
APPRENTISSAGE
EN 180
SECONDES

Durée : 5 minutes maximum.

01

Portrait - 30 sec. maximum

Présentez-vous brièvement : nom, prénom, formation, entreprise d'accueil.

Expliquez pourquoi vous avez choisi l'apprentissage (motivation personnelle, projet de carrière, intérêt pour l'alternance théorie/pratique, opportunité pour toutes autres raisons etc.).

02

Présentation de votre employeur - 1 min. maximum

Présentez votre structure : son secteur d'activité, rôle dans son environnement.

Expliquez vos missions, les compétences développées (techniques, transversales, relationnelles) et votre positionnement dans l'organisation.

03

En quoi l'apprentissage est un point fort - 2 min. maximum

Décrivez comment vous vous formez dans votre structure, à l'université ou dans votre école.

Montrez l'importance du rôle des différents acteurs de votre apprentissage :

- o Maître d'apprentissage : encadrement au quotidien, transmission de savoir-faire ;
- o Tuteur : apport théorique, méthodologique et suivi académique ;
- o Chargé d'apprentissage CFA : accompagnement du parcours, lien entre entreprise et université.
- o L'équipe du CFA dans sa globalité

Soulignez en quoi cette articulation est une richesse et un atout pour votre réussite.

Décrivez en quoi les relations humaines vous aident à progresser avec :

- o vos collègues, votre maître d'apprentissage ;
- o votre tuteur ;
- o votre chargé d'apprentissage ou tout autre membre de l'équipe du CFA.

Soulignez les valeurs humaines développées : coopération, confiance, responsabilisation.

04

Mon projet professionnel - 1 min. maximum

Présentez vos ambitions à court, moyen et long terme :

- o Que souhaitez-vous faire dans 5 ans, 10 ans ?
- o En quoi l'apprentissage est un tremplin pour atteindre ces objectifs ?

Expliquez en quoi les compétences acquises grâce à l'alternance nourrissent ce projet.

05

Conclusion : votre participation au concours - 30 sec. maximum

Expliquez pourquoi vous avez choisi de participer au concours.

Mettez en avant ce qui fait de vous le finaliste idéal : motivation, originalité, sincérité de votre parcours.