

### 1. Présentation du concours

Le concours « *Mon apprentissage en 180 secondes* », organisé par l'organisme de formation FORMASUP PARIS ILE-DE-FRANCE, a pour but de permettre aux apprentis de ses établissements partenaires de présenter leur expérience de l'alternance en 3 minutes devant un jury composé de personnalités internes et externes (universités, écoles, FORMASUP PARIS IDF, entreprises, collectivités territoriales, etc.).

Ce concours offre une occasion unique aux participants de parfaire leurs aptitudes en communication et de valoriser leur parcours de formation et leur expérience, tout en leur donnant la possibilité de diffuser leurs compétences et de faciliter leur insertion professionnelle.

### 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 à une formation en alternance au sein des établissements partenaires de FORMASUP PARIS IDF.
- Avoir fait signer l'attestation de participation au concours par son responsable de formation et par son tuteur d'entreprise.
- S'exprimer en français.
- Se tenir disponible pour les sessions de training en présentiel et distanciel (début 2026) et pour la finale du 12 mars 2026 (en présentiel).

### 3. Inscription

L'inscription des apprentis s'effectue suivant les modalités suivantes :

- A compter du 25 septembre 2025, l'apprenti déclare sa candidature en remplissant intégralement le formulaire en ligne de participation avant le 31 octobre 2025 minuit (une confirmation par mail sera envoyée).
- Signature de l'attestation de participation au concours par son responsable de formation et son tuteur d'entreprise.

L'inscription sera validée uniquement après réception du formulaire complet en ligne et envoi de l'attestation de participation par mail.

#### 4. Présélection

Les présélections se dérouleront de la façon suivante :

- Le candidat devra transmettre sa vidéo pour le 31 octobre 2025 via SharePoint et adresser le lien à : [ma180s@formasup-paris.com](mailto:ma180s@formasup-paris.com). Le jury se réunira (en présentiel ou en visioconférence) pour sélectionner les 10 meilleurs candidats pour la finale. Le jury de sélection respecte les critères d'évaluation de la finale. Cette étape n'est pas ouverte au public. La vidéo de pré-sélection doit répondre au cahier des charges défini en annexe.
- En cas d'égalité, la Directrice Générale de FORMASUP PARIS IDF prendra la décision finale.

A chaque étape, les candidats sélectionnés sont avertis par mail.

#### 5. Coaching

Les candidats sélectionnés bénéficieront ensuite d'une séance collective de 2 heures et de 2 séances individuelles de 2h de training, en présentiel et/ou en visioconférence en vue de préparer la finale du 12 mars 2026.

A chaque étape, les candidats sélectionnés sont avertis par mail.

#### 6. Finale du concours

##### a) Date-lieu

La finale du concours « *Mon apprentissage en 180 secondes* » se tiendra le 12 mars 2026 en début de soirée, dans un haut lieu du divertissement parisien.

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 du concours « *Mon apprentissage en 180 secondes* » est composé de membres représentant au mieux les mondes universitaires et socio-économiques. Ils désignent les différents lauréats.

**c) Prix**

3 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 bon d'achat - choix inhérent au mécène)
- Le second prix est : 500€ (par chèque ou bon d'achat - choix inhérent au mécène)
- Le troisième prix est : 250€ (par chèque ou bon d'achat - choix inhérent au mécène)

**d) Critères d'évaluation du jury**

Les critères sur lesquels les membres du jury se baseront pour évaluer les présentations sont les suivants :

- Talent d'orateur et implication (noté sur 6) :
  - L'apprenti a-t-il démontré des qualités d'orateur : voix claire et assurée, rythme, fluidité gestuelle, présence sur scène, interaction avec le public ?
  - Passion, caractère humain, raconte son expérience professionnelle, ses succès, ses échecs...
  - Suscite-t-il la curiosité de l'auditoire ?
  - Parvient-il à remettre le sujet dans un contexte actuel ?
- Médiation du sujet (noté sur 6) :
  - L'apprenti a-t-il utilisé un langage accessible ?
  - Les illustrations, exemples utilisés par l'apprenti sont-ils pertinents ?
- Structuration de l'exposé (noté sur 6) :
  - La structure de l'exposé et l'enchaînement des idées ont-ils facilité la compréhension du sujet ?
  - Le participant a-t-il expliqué clairement les missions qu'il mène ?
  - Les différentes parties de l'exposé sont-elles équilibrées ?
- Coup de cœur (noté sur 2) :
  - Avez-vous noté un point particulièrement exceptionnel dans la présentation de l'exposé ?

Une fiche d'évaluation reprenant ses critères sera remise aux membres du jury le jour du concours.

En cas d'égalité, la Directrice Générale de FORMASUP PARIS IDF prendra la décision finale.

## 7. 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.

FORMASUP PARIS IDF est chargé 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.)

## 8. Déroulement de l'épreuve

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

- 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.

- Interruption :
  - En aucun cas, le chronomètre digital ne pourra être remis à zéro (même si le participant à 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.
  
- 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.

## 9. Traitement des données à caractère personnel

### a) Objet du traitement

Les informations recueillies dans le cadre de ce concours sont enregistrées par FORMASUP PARIS IDF pour sélectionner les candidats, organiser des sessions de coaching et le déroulement de l'épreuve.

La base légale du traitement est le consentement de l'apprenti.

### b) Catégories de données

- Nom, prénom, téléphone et adresse e-mail de l'apprenti
- Vidéo de candidature au concours
- Intitulé de la formation suivie et nom de l'université ou école
- Nom de l'entreprise dans laquelle l'activité de l'apprenti est exercée

### c) Destinataires des données

Les données à caractère personnel collectées dans le formulaire de contact sont à destination de FORMASUP PARIS IDF et des membres du jury.

**d) Durée de conservation**

Les données à caractère personnel collectées relatives à la participation au jeu concours sont conservées pour une durée de 12 mois après la fin du concours.

**e) Droits des participants**

Conformément à la réglementation européenne en vigueur, les participants au jeu peuvent demander le retrait de leur consentement, accéder aux données les concernant ou demander leur effacement. Ils disposent également d'un droit de rectification et d'un droit à la limitation du traitement de leurs données (cf. [cnil.fr](http://cnil.fr) pour plus d'information sur ces droits).

Pour exercer ces droits ou pour toute question sur le traitement de leurs données dans ce dispositif, ils peuvent contacter le délégué à la protection des données (DPO) de FORMASUP PARIS IDF par voie électronique : [dpo@formasup-paris.com](mailto:dpo@formasup-paris.com).

S'ils estiment, après avoir contacté FORMASUP PARIS IDF, que leurs droits Informatique et Libertés ne sont pas respectés ou que le dispositif de contrôle d'accès n'est pas conforme aux règles de protection des données, ils peuvent adresser une réclamation à la Cnil : <https://www.cnil.fr/fr/plaintes>.

**Annexe 1** : cahier des charges

**Contact** : [ma180s@formasup-paris.com](mailto:ma180s@formasup-paris.com)