

## MENTION COMPLÉMENTAIRE ACCUEIL RÉCEPTION

### CONDITIONS D'ADMISSION

18 à 25 ans  
Être titulaire d'un baccalauréat

### ACTIVITÉS

- Dans les établissements de taille moyenne, le titulaire de la mention peut réaliser des activités de réservation, réception, accueil, caisse, conciergerie, standard.
- Dans les établissements plus importants, il/elle peut être spécialisé.e dans une ou plusieurs activités

### EXIGENCES

Discrétion, amabilité, disponibilité dans les horaires, tenue impeccable, sens du travail d'équipe, bonne résistance physique, sens de la sécurité, goût des contacts humains, souci de l'hygiène, méthode et organisation

### FORMATIONS ALTERNANCE IFAC/ENTREPRISE

**1 an** : 420 h à l'Ifac

### DÉBOUCHÉS

- Insertion dans la vie professionnelle
- Possibilité d'emploi à l'étranger

## MENTION COMPLÉMENTAIRE ART DE LA CUISINE ALLÉGÉE

### CONDITIONS D'ADMISSION

18 à 25 ans  
L'accès en formation est ouvert aux candidats.es titulaires du certificat d'aptitude professionnelle cuisine, et aux candidats.es ayant un diplôme relevant de l'hôtellerie restauration de niveau IV ou III. Cette formation est d'une durée d'un an.

### ACTIVITÉS

- Les techniques et connaissances acquises par le/la titulaire de la mention complémentaire, au cours de sa formation, lui permettront de fabriquer des plats allégés, goûteux, dressés avec art (forme et volume) en produisant une cuisine équilibrée au plan nutritionnel, esthétique et gustative.

### LES QUALITÉS ESSENTIELLES

- Inventif.ve : art des accords d'assemblage des saveurs des produits de saison de nos terroirs
- Rigoureux.se : respect des modes de cuisson en conjuguant avec parcimonie et délicatesse les apports de matières grasses et de sucre ajouté
- Passionné.e

### LE CONTENU DE LA FORMATION

- Organiser, produire, contrôler, en mettant en œuvre des préparations spécifiques, en réalisant tous les mets, desserts compris, adaptés à la cuisine allégée
- Tester en vue de l'innovation et des transferts de technologies
- Appliquer l'art du dressage des mets (formes, couleurs, volumes)
- Communiquer, y compris en langues étrangères

### FORMATION ALTERNANCE/ENTREPRISE

1 an : 400 h à l'Ifac

### DÉBOUCHÉS

- Insertion dans la vie professionnelle dans différents :
  - Centres de thalassothérapie
  - Stations thermales
  - Centres de cure, de vacances
  - Restauration commerciale ou collective offrant des prestations de cuisine allégée

norwestdesign.fr - Crédit photo : Fotolia, WONG SZE FEI, Janvier 2017.

# HÔTELLERIE

L'apprentissage :  
► un métier, un emploi



CAP CUISINE  
CAP RESTAURANT  
BAC PRO CUISINE  
BAC PRO COMMERCIALISATION  
ET SERVICE RESTAURATION  
MENTION COMPLÉMENTAIRE  
ACCUEIL RÉCEPTION  
MENTION COMPLÉMENTAIRE  
ART DE LA CUISINE ALLÉGÉE

**MERCREDIS  
DE L'APPRENTISSAGE**

l'Ifac vous accueille pour vous informer sur les principes de l'apprentissage, les métiers pour les jeunes de 16 à 25 ans et les formations dispensées par le CFA. Visite des ateliers. À 14h30 de février à juin (hors vacances scolaires).

+ d'infos :  
02 29 00 60 00  
du lundi au vendredi,  
de 13h30 à 17h30

Ifac : Campus des métiers - 465 rue de Kerlaurent, BP 30037 Guipavas - 29801 Brest cedex 9  
02 29 00 60 60 — Courriel : ifac@ifac-brest.fr

www.ifac-brest.fr

Ifac

CAMPUS  
DES MÉTIERS

CCI MÉTROPOLITAINE  
BRETAGNE OUEST

IFAC EST CONVENTIONNÉ PAR LA RÉGION BRETAGNE



# CAP CUISINE

## CONDITIONS D'ADMISSION

16 à 25 ans  
Niveau scolaire souhaité : 3<sup>e</sup>

## ACTIVITÉS

Le.la titulaire du CAP :

- doit connaître les bases essentielles de la cuisine et confectionner des menus simples
- sous les ordres de son chef.fe, il.elle procède à l'entretien du matériel et des locaux, respecte les règles d'hygiène, participe à la gestion d'un budget

## EXIGENCES

Discrétion, amabilité, disponibilité dans les horaires, tenue impeccable, sens du travail d'équipe, bonne résistance physique, sens de la sécurité, goût des contacts humains, souci de l'hygiène, méthode et organisation

## FORMATIONS ALTERNANCE IFAC/ENTREPRISE

**2 ans** : 840 h à l'Ifac

## DÉBOUCHÉS

- Possibilité d'emploi à l'étranger
- Commis de cuisine
- Chef.fe de partie (après expérience)
- Restaurants
- Restaurants d'entreprise
- Traiteurs

## POURSUITE DES ÉTUDES

**En 1 an** : CAP Restaurant

CAP Pâtissier.ère

MC Cuisinier.ère en desserts de restaurant

MC Employé.e traiteur

**En 2 ans** : Brevet professionnel (BP de cuisinier.ère)

Bac pro Cuisine

# CAP RESTAURANT

## CONDITIONS D'ADMISSION

16 à 25 ans  
Niveau scolaire souhaité : 3<sup>e</sup>

## ACTIVITÉS

Le.la titulaire du CAP :

- aménage et entretient la salle de restaurant
- accueille les clients et prend les commandes
- assure le service des clients
- peut éventuellement découper, trancher ou flamber les mets choisis
- en l'absence du/de la sommelier.ère, assure le service des vins

## EXIGENCES

Discrétion, amabilité, disponibilité dans les horaires, tenue impeccable, sens du travail d'équipe, bonne résistance physique, sens de la sécurité, goût des contacts humains, souci de l'hygiène, méthode et organisation

## FORMATIONS ALTERNANCE IFAC/ENTREPRISE

**2 ans** : 840h à l'Ifac

## DÉBOUCHÉS

- Possibilité d'emploi à l'étranger
- Serveur.se
- Chef.fe de rang (après expérience)
- Restaurants
- Restaurants d'entreprises
- Traiteurs

## POURSUITE DES ÉTUDES

**En 1 an** : CAP Cuisine

Mention complémentaire :

Employé.e barman, sommellerie

**En 2 ans** : Brevet Professionnel (BP Restaurant)

Bac pro Commercialisation et service restauration

# BAC PRO CUISINE

## CONDITIONS D'ADMISSION

À l'issue d'une classe de 3<sup>e</sup> ou d'une seconde générale. Jeunes âgés de 15 à 25 ans (15 ans dans l'année civile) dans le cadre d'un contrat d'apprentissage. Toute candidature doit être validée par un entretien de positionnement.

## ACTIVITÉS

Cette formation prépare de futurs.es professionnel.le.s qui interviendront dans des restaurants classiques et haut de gamme ou dans des entreprises de restauration collective. Ils.elles seront capables de :

- maîtriser les bases de la cuisine, organiser la production, cuisiner
- communiquer au sein d'une équipe, auprès de la clientèle, avec les fournisseurs
- gérer, animer des équipes en restauration
- recenser les besoins d'approvisionnement, maîtriser les coûts, analyser les ventes
- appliquer la démarche qualité en restauration

## APTITUDES

- Esprit d'initiative
- Sens de l'organisation
- Esprit d'équipe
- Souci de l'hygiène
- Disponibilité
- Capacité d'animation

## FORMATIONS ALTERNANCE IFAC/ENTREPRISE

**3 ans** : 1855 h à l'Ifac

## DÉBOUCHÉS

- Premier.ère commis
- Chef.fe de partie
- Chef.fe de cuisine
- Chef.fe gérant.e ou responsable de la production pour la restauration commerciale ou collective
- Possibilité d'emploi à l'étranger

## POURSUITE DES ÉTUDES

- BTS Hôtellerie restauration
- Licence professionnelle Hôtellerie et restauration

# BAC PRO COMMERCIALISATION ET SERVICE RESTAURATION

## CONDITIONS D'ADMISSION

À l'issue d'une classe de 3<sup>e</sup> ou d'une seconde générale. Jeunes âgés de 15 à 25 ans (15 ans dans l'année civile) dans le cadre d'un contrat d'apprentissage. Toute candidature doit être validée par un entretien de positionnement.

## ACTIVITÉS

Cette formation prépare de futurs.es professionnel.le.s qui interviendront dans des restaurants classiques et haut de gamme ou dans des entreprises de restauration collective. Ils.elles seront capables de :

- prendre en charge la clientèle, accueillir
- vendre des prestations, conseiller le client
- réaliser la mise en place, gérer le service
- gérer, animer des équipes en restauration
- recenser les besoins d'approvisionnement, maîtriser les coûts, analyser les ventes
- appliquer la démarche qualité en restauration

## APTITUDES

- Esprit d'initiative
- Sens de l'organisation
- Esprit d'équipe
- Souci de l'hygiène
- Disponibilité
- Capacité d'animation

## FORMATIONS ALTERNANCE IFAC/ENTREPRISE

**3 ans** : 1 855 h à l'Ifac

## DÉBOUCHÉS

- Chef.fe de rang
- Maître d'hôtel
- Adjoint.e de direction de restaurant pour la restauration commerciale ou collective
- Possibilité d'emploi à l'étranger

## POURSUITE DES ÉTUDES

- BTS Hôtellerie restauration
- Licence professionnelle Hôtellerie et restauration

## LE CONTRAT D'APPRENTISSAGE

Il est conclu par écrit, signé par l'apprenti.e ou son.sa représentant.e légal.e et par l'employeur. Sa durée est de 1 à 3 ans selon les métiers et les niveaux de formation avec une période d'essai de deux mois. La rémunération de l'apprenti.e est fixée en pourcentage du smic et varie en fonction de l'âge de l'apprenti.e et de son ancienneté. Exonération de tout ou partie des cotisations sociales, salariales et patronales.

- Aide régionale aux apprenti.e.s pour le transport, l'hébergement et la restauration (dispositif Argoat)
- Allocation familiale maintenue
- Carte d'étudiant.e permettant de bénéficier de réductions (cinéma, transports...)

## LE CONTRAT DE PROFESSIONNALISATION

Il est destiné à favoriser l'insertion ou la réinsertion professionnelle des jeunes de 16 à 25 ans et des demandeur.se.s d'emploi de plus de 26 ans, en leur proposant une formation qualifiante ou diplômante par le biais de l'alternance. Sa durée est comprise entre 6 et 12 mois ; elle peut être portée à 24 mois en cas d'accord de branche. La période d'essai est de un mois.

La rémunération est fixée en pourcentage du smic et varie en fonction de l'âge du.de la stagiaire et de son niveau d'études.

Pour plus d'informations, contactez le service Entreprises au : 02 29 00 60 00 - ou - [mercredi.apprentissage@ifac-brest.fr](mailto:mercredi.apprentissage@ifac-brest.fr)  
[www.ifac-brest.fr](http://www.ifac-brest.fr)