

2026

#JOBS



LES ESSENTIELS

**info** Bretagne  
**jeunes**  
EXPLOREZ LES POSSIBLES

# Un job quand on est mineur

**La loi autorise le travail à partir de 16 ans.  
Conseils, pistes et quelques points essentiels à repérer pour vos premiers pas.**

3

## Ce que dit la loi

### On peut travailler à partir de 16 ans

- Protections particulières : horaires, durée du travail...
- Accord parental impératif.

### À 14-15 ans

C'est possible mais c'est rare et peu encouragé.



INSPECTION  
DU TRAVAIL

Elle informe et conseille les employeurs, les salariés et les représentants du personnel.

0 806 000 126

Code du travail :

[www.code.travail.gouv.fr](http://www.code.travail.gouv.fr)

### On touche un salaire minimum spécifique

80 % du SMIC\* avant 17 ans  
90 % du SMIC\* de 17 à 18 ans  
(pour moins de 6 mois d'activité)  
Versé au moins une fois par mois.  
On vous remet un bulletin de paie.

\*SMIC = *salaire minimum*  
1443,11 € net par mois pour 35h par semaine (au 1<sup>er</sup> janvier 2026).

### Salaire net, C'est quoi ?

C'est ce qu'on reçoit. Le salaire brut dont on retire les cotisations.  
[www.salaire-brut-en-net.fr](http://www.salaire-brut-en-net.fr)

### On signe un contrat de travail

Sont indiqués :

- votre nom
- les tâches à effectuer
- la durée du contrat
- le salaire
- l'entreprise qui vous embauche...



	16-17 ANS	14-15 ANS
Formalités administratives	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visite médicale avant embauche</li> <li>• Accord écrit du représentant légal</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Accord écrit du représentant légal et cosignature du contrat.</li> <li>• Demande écrite à l'Inspection du travail (<i>accord tacite 8 jours après envoi</i>)</li> <li>• Visite médicale</li> </ul>
Emplois interdits ou réglementés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Débits de boissons (vente d'alcool)</li> <li>• Activités dangereuses et pénibles (<i>travail en hauteur, sur machines, port de charges...</i>) <i>sauf dérogation ou déclaration à l'inspection du travail</i></li> </ul>	
Durée maximale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8h par jour</li> <li>• 35h par semaine sauf dérogation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 7h par jour</li> <li>• 35h par semaine</li> <li>• Pas + de la moitié vacances scolaires si elles durent + de 14 jours.</li> </ul>
Repos entre 2 jours de travail	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 12h consécutives</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 14h consécutives</li> </ul>
Repos hebdomadaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 jours consécutifs dont le dimanche</li> </ul>	
Pause journalière	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 minutes consécutives toutes les 4h30</li> </ul>	
Travail de nuit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interdit entre 22h et 6h sauf exceptions (boulangerie, hôtellerie-restauration)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interdit entre 20h et 6h, sauf exceptions</li> </ul>
Travail les jours fériés	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interdit sauf exceptions</li> </ul>	

## Conseils pour la recherche

### Formalités pas si compliquées

Souvent, les employeurs ne les connaissent pas. Informez-les !

### Moins « coûteux » qu'un majeur...

### Pas le permis, mais mobile

Transports en commun, scooter, vélo, entourage disponible, covoiturage...

**Voir notre Essentiel #1 «Cv et lettre de motivation»**



**Il n'y pas d'offres réservées aux «mineurs»**

**Contactez les employeurs pour savoir s'ils acceptent des mineurs.**

### Sur votre CV, valoriser vos atouts

- Connaissances en informatique
- Bonne mémoire
- Sens du contact
- Aptitudes en langues
- Sérieux, rigoureux...

*Pas d'idée ? Demandez vos qualités à vos proches*

## Faites jouer votre réseau perso

Pour des conseils et des idées...  
Pour être recommandé à un employeur...  
Parler de votre recherche autour de vous :  
les parents, les amis des parents, les oncles et tantes, les professeurs, les animateurs de votre quartier...



Pensez à des missions près de chez vous

## Utilisez les réseaux professionnels

### ■ PENSEZ À VOS LIEUX DE STAGE

■ **LE RÉSEAU INFO JEUNES** : offres, outils et conseils toute l'année  
[www.infojeunes.bzh](http://www.infojeunes.bzh) > Le réseau

■ **FRANCE TRAVAIL** : sur [www.francetravail.fr](http://www.francetravail.fr), on peut trouver des jobs en manutention, hôtellerie-restauration (plonge), nettoyage dans les entreprises, garde d'enfants, vente...



Ce n'est pas réservé aux demandeurs d'emploi !

## Repérez les petites annonces

Consultez les affichages dans les commerces (supermarchés, boulangeries...), on peut y trouver des petits boulots chez les particuliers. Regardez les sites de petites annonces comme Le Bon Coin (liste de site dans le guide Info Jeunes Bretagne « Trouver un job »).



Éliminez toute offre demandant un versement d'argent !

## Faites des candidatures spontanées

Dans les commerces ou entreprises  
déplacez vous avec un CV à jour.  
Relayez votre recherche sur les réseaux sociaux. Attention à paramétrer votre confidentialité et à la nature des posts sur vos comptes.



Pas de nouvelles ?  
téléchargez  
notre outil de suivi  
des candidatures

### **Fallait y penser !**

- Évitez les heures de service pour la restauration ou aux heures de rush pour les petits commerces (boulangeries...).
- Soigner sa tenue.





## Quelques pistes

### ■ CHEZ LES PARTICULIERS

Baby-sitting - courses - arrosage et tonte des jardins - visites aux personnes âgées - gardes d'animaux - conseils en informatique...

Mettre des petites annonces dans les commerces, les boîtes aux lettres des immeubles...

### ■ DANS LES CHAMPS

Maraîchage de plein champ ou sous serres - ramassage des fruits et légumes - conditionnement de ces récoltes...

Recrutement local, par contact direct sur l'exploitation ou sur les marchés. Travail physique, pouvoir se rendre sur place.

### ■ DANS LES CENTRES DE VACANCES OU DE LOISIRS

Pour devenir animateur dans les centres de vacances et de loisirs. passer le BAFA (Brevet d'Aptitude aux fonctions d'Animateur) dès 16 ans. *Consultez notre dépliant «Passer le BAFA».*

### ■ DANS LES RESTOS, COMMERCES

Restauration rapide - livraison de plats préparés à domicile (pizza...) - plonge - boulangeries...

Démarchez directement sur place. Contacts dans les Pages jaunes, rubriques « Restauration à domicile », « Restaurant » ou « Restauration rapide ». [www.pagesjaunes.fr](http://www.pagesjaunes.fr)

## PAS TROUVÉ ?

### Il existe des alternatives

- **Bénévolat**

Un compromis pour une 1ère expérience, pour votre CV...

- **Projets de vacances autonomes**

Infos et accompagnement auprès du réseau Info Jeunes.

- **Stages découverte**

Pendant les vacances possible de faire un mini-stage avec une convention.

- **Argent de poche**

Un dispositif de job pour les plus jeunes, dans certaines villes seulement.

Contacts /// Infos locales

Ne pas jeter sur la voie publique

