

CDP SAN NICOLAS

Organisme de formation certifié Qualiopi — NDA 75331289433
180 Avenue de Paris — 33620 CAVIGNAC — contact@cyrilsannicolas.com — 06 58 62 29 17

GUIDE DU CANDIDAT INDIVIDUEL

CAP Pâtissier — RNCP 38765

Comment s'inscrire à l'examen national en candidat libre ou candidat enseignement à distance

À propos de ce guide

Ce guide est destiné aux personnes qui suivent (ou souhaitent suivre) une formation CAP Pâtissier chez CDP San Nicolas et qui souhaitent s'inscrire à l'examen national du CAP Pâtissier auprès d'une académie française. Il rassemble l'ensemble des informations pratiques, subtilités techniques et démarches administratives à connaître pour réussir votre inscription et votre passage d'examen.

Ce guide complète la plaquette de votre formation, votre convention et le règlement intérieur. Il est régulièrement mis à jour en fonction des évolutions réglementaires. En cas de doute, contactez toujours votre référente pédagogique.

1. Deux statuts possibles pour vous présenter à l'examen

1.1 Candidat libre (ou candidat individuel)

Un candidat libre est aussi appelé candidat individuel ou candidat non scolaire. Cela veut dire qu'au moment de s'inscrire à l'examen du CAP Pâtissier (en octobre/novembre pour la session de l'année suivante), vous n'êtes ni sous contrat ni sous convention de formation avec un organisme.

Cela ne veut pas dire que vous n'avez jamais suivi de formation en amont : vous pouvez avoir déjà terminé un parcours de formation, avoir suivi des cours dans le passé, ou avoir appris seul via des vidéos et des livres. Simplement, à l'instant T de votre inscription à l'examen, vous n'êtes plus en cours de formation.

Condition d'âge : les candidats libres doivent être âgés d'au moins 18 ans au 31 décembre de l'année de passage de l'examen.

1.2 Candidat enseignement à distance

Un candidat qui s'inscrit en « candidat avec enseignement à distance » au CAP Pâtissier est une personne qui, au moment de l'inscription à l'examen (octobre/novembre), est sous contrat ou convention de formation avec un organisme officiel reconnu par l'État et labellisé Qualiopi — comme CDP San Nicolas. Ce contrat ou cette convention est délivré à chaque élève qui s'inscrit dans une formation, soit directement pour l'école, soit par l'organisme financeur (notamment lorsque les personnes utilisent leur CPF).

Exemple : un élève qui s'inscrit à une formation via Mon Compte Formation le 15 mars 2026 avec une date de fin de formation le 30 juin 2027 peut s'inscrire en octobre 2026 pour la session d'examen de mai-juin 2027 en tant que « candidat enseignement à distance » (et non en « candidat libre »).

À l'inverse, si cet élève souhaite s'inscrire en octobre 2027 pour la session d'examen de mai-juin 2028 — alors que son contrat de formation s'est terminé le 30 juin 2027 — il s'inscrira comme « candidat libre » (à moins qu'il ne se réinscrive entre temps à une autre formation à distance).

L'objectif est de s'inscrire en tant que candidat enseignement à distance en octobre-novembre de l'année précédant la session, *pas grave si vous n'êtes plus sous contrat de formation en mai-juin de l'année de la session d'examen ; vous serez encore considéré comme candidat enseignement à distance au moment de l'examen.*

Aucune condition d'âge : les candidats enseignement à distance peuvent s'inscrire au CAP Pâtissier sans condition d'âge ou de diplôme.

1.3 Différence pratique entre les deux statuts — attention aux stages

La différence entre les deux statuts a des conséquences importantes sur la manière dont vous devez organiser vos stages en milieu professionnel :

- Candidat libre : vous devez avoir terminé vos 14 semaines de stage (490 heures) **AVANT** votre inscription à l'examen (donc avant octobre-novembre).
- Candidat enseignement à distance : vous devez avoir terminé vos 14 semaines de stage **AU PLUS TARD** quelques mois avant l'examen (le calendrier précis dépend de votre académie — voir section 4).

Cette différence est un avantage significatif du statut « candidat enseignement à distance » et c'est pour cette raison que nous recommandons à nos élèves de s'inscrire à l'examen pendant la période de leur formation chez CDP San Nicolas.

2. La plateforme d'inscription — Cyclades

2.1 Qu'est-ce que Cyclades

Cyclades est la plateforme officielle du Ministère de l'Éducation Nationale sur laquelle vous devez vous inscrire pour passer l'examen du CAP Pâtissier en candidat libre ou candidat enseignement à distance.

Adresse : <https://cyclades.education.gouv.fr/cyccandidat/portal/accueil>

La première étape consiste à créer un compte Cyclades avec votre adresse email personnelle. Vous recevrez un email de confirmation avec un lien de validation. Une fois votre compte activé, vous pourrez sélectionner l'examen (CAP Pâtissier) et l'académie de votre choix pour vous inscrire.

2.2 Choix de l'académie

Vous devez choisir l'académie correspondant à votre lieu d'habitation. Cependant, vous pouvez aussi vous inscrire dans une autre académie si vous justifiez d'une adresse ou d'une possibilité d'hébergement dans cette région.

Le rectorat de chaque académie fixe ses propres dates d'inscription (généralement de mi-octobre à fin novembre) et ses propres modalités pratiques. Vérifiez régulièrement le site de votre académie pour être au courant des dates précises.

Après la période d'inscription, celle-ci se ferme et il faut attendre l'année suivante pour se réinscrire.

3. Le dossier d'inscription

3.1 Documents à préparer

Une fois votre inscription en ligne effectuée sur Cyclades, vous recevrez une confirmation avec un numéro de dossier et une liste de documents à compléter ou joindre à retourner au service des examens avant une date limite :

- Photocopie de votre pièce d'identité en cours de validité
- Photocopie du relevé de notes ou du diplôme si vous en possédez déjà un (baccalauréat, autre CAP, BEP...)
- Attestations de fin de stage (voir section 4)
- Justificatifs de formation (attestation de fin de formation CDP San Nicolas si vous êtes candidat enseignement à distance)

- Justificatifs pour les dispenses éventuelles (relevé de notes attestant l'obtention de la PSE dans un précédent diplôme, diplôme de niveau IV ou supérieur pour dispense des matières générales — voir section 6)

3.2 Aménagement d'examen pour situation de handicap

Si vous déclarez vouloir un aménagement d'examen pour handicap, il vous sera demandé plusieurs autres éléments (certificats médicaux, notification MDPH, attestation d'aménagement de scolarité antérieure...). Notre référente handicap Audrey ROIT vous accompagne dans cette démarche : contactez-la au 06 58 62 29 17 ou par mail à contact@cyrilsannicolas.com.

L'ensemble des éléments à joindre à la demande d'aménagement est disponible dans les espaces élèves de CDP San Nicolas.

3.3 Modification de votre inscription

Le numéro de dossier reçu suite à votre inscription vous permet de modifier votre inscription si besoin, avant la date de clôture. Passé cette date, aucune modification n'est possible avant la session suivante.

4. Les stages en milieu professionnel — 14 semaines / 490 heures

4.1 Cadre général

Depuis la réforme du référentiel du CAP Pâtissier de 2020, il est obligatoire d'effectuer au moins 2 stages professionnels avant l'examen. Les stages sont valables 3 ans précédant l'inscription à l'examen (et non l'examen lui-même).

Pour s'inscrire à l'examen du CAP Pâtissier, il faut faire 490 heures de stage en :

- Un stage professionnel d'au moins 7 semaines dans une entreprise effectuant les activités en rapport avec le bloc de compétences « Tour, petits fours secs et moelleux, gâteaux de voyage » (EP1).
- Un stage professionnel d'au moins 7 semaines dans une entreprise effectuant les activités en rapport avec le bloc de compétences « Entremets et petits gâteaux » (EP2).

Sur la base de 35 heures de travail par semaine, ces stages doivent chacun durer 245 heures « au minimum » (logiquement 245 heures par stage si vous le faites en 2 stages de 7 semaines) donc 490 heures en tout.

4.2 Subtilité importante — Différence stages candidat libre vs enseignement à distance

Cette subtilité est déterminante et n'est pas toujours connue des autres organismes de formation. Elle est confirmée par le référentiel officiel et par les académies :

Point de comparaison	Candidat libre	Candidat enseignement à distance
Durée totale des stages	490 heures = 14 semaines	490 heures = 14 semaines
Découpage possible	2 stages de 7 semaines consécutives obligatoires	Possibilité de découper : 1 stage de 3 semaines + 1 stage de 4 semaines par bloc (soit 4 stages au total) — chaque stage doit faire au minimum 3 semaines
Attestations de fin de stage	Doivent être présentées lors de l'inscription (octobre-novembre)	Peuvent être présentées après l'inscription — le calendrier dépend de l'académie
Rythme horaire	Idéalement 35h/semaine, allongement du temps de stage si moins	Idéalement 35h/semaine, allongement du temps de stage si moins

Exemple concret sur l'académie de Bordeaux (session 2026) : les candidats enseignement à distance ont la possibilité de réaliser leurs 14 semaines de stages jusqu'au 2 mars 2026 pour l'inscription à l'examen de mai-juin 2026 — inscription qui se fait entre le 9 octobre 2025 et le 14 novembre 2025. Vérifiez avec votre académie si les mêmes règles s'appliquent chez vous.

4.3 Rythme et gratification des stages

Vous pouvez faire moins de 35h par semaine si votre situation personnelle ne vous permet pas un temps plein (par exemple 15h ou 20h par semaine, ce qui arrive fréquemment à nos élèves en activité professionnelle en parallèle). Dans ce cas, il faut allonger la durée totale du stage pour cumuler à la fin 490 heures.

Attention à la gratification : si un stage dépasse 8 semaines, la structure qui vous accueille doit vous verser une gratification (depuis 2023, d'un montant de 4,05 € de l'heure selon la convention nationale de la pâtisserie). Ce n'est pas toujours ce que les entreprises préfèrent — mais cela reste abordable pour de la main-d'œuvre motivée.

4.4 Types de structures acceptées

Vous pouvez faire vos stages en :

- Laboratoire de pâtisserie boutique artisanale
- Laboratoire de boulangerie-pâtisserie
- Laboratoire de chocolaterie-pâtisserie
- Laboratoire de pâtisserie d'une grande surface — à condition qu'elle dispose d'un vrai labo où les pâtisseries sont fabriquées de manière artisanale

Ne sont PAS acceptés : les stages en restaurants (pâtisseries « desserts à l'assiette »), même dans les restaurants spécialisés « pâtisseries ».

4.5 Conventions de stage

Les conventions de stage sont délivrées par CDP San Nicolas à ses élèves pendant leur période de formation. En pratique, il est très difficile d'obtenir des conventions de stage par des assurances privées ou d'autres canaux ; certains élèves ont réussi via France Travail, mais dans la grande majorité des cas, ce sont les organismes de formation qui délivrent les conventions.

Conclusion pratique : il est très difficile de passer en candidat « libre - entièrement libre » sans jamais avoir fait une formation et obtenu de conventions de stage. Nous recommandons donc à nos élèves de s'inscrire en formation chez CDP San Nicolas et de s'inscrire à l'examen en candidat enseignement à distance.

4.6 Faire vos deux stages dans la même entreprise

Vous pouvez effectuer vos deux stages dans la même société. Si votre stage dépasse 7 semaines, faites une pause d'au moins 1/3 du temps du premier stage avant d'y revenir. L'avantage si vous scindez en 2 vos stages de 7 semaines : vous pourrez faire vos stages dans plusieurs entreprises différentes et voir plusieurs facettes du métier.

5. Le déroulement de l'examen

5.1 Convocation et calendrier

Quelques semaines avant les épreuves (en général un mois avant, mais cela peut varier), vous recevrez votre convocation à l'examen. Cette convocation indique le lieu et les horaires de chaque épreuve, ainsi que le matériel à prévoir.

En général, le lieu est proche de votre lieu d'habitation tel que déclaré dans votre inscription. Cependant, des exceptions peuvent amener les académies à demander aux candidats de faire quelques kilomètres de plus, parfois même à une ou deux heures de chez soi, en fonction des disponibilités des salles d'examens et du nombre de candidats. Préparez-vous donc au cas où à passer votre CAP à Biarritz même si vous habitez à Bordeaux.

Les examens du CAP Pâtissier ont lieu aux mois de mai-juin, voire début juillet.

Bon à savoir : les candidats libres et candidats enseignement à distance qui n'ont pas les matières générales à passer (histoire-géo, français, maths...) passent leurs épreuves pratiques EP1 et EP2 en général début mai. Cette organisation vise à optimiser l'utilisation des laboratoires : les candidats scolaires (qui ont les matières générales à passer) le font en mai puis les épreuves pratiques en juin ; les laboratoires sont donc disponibles en mai pour les candidats libres et enseignement à distance. Autant dire qu'il faut être prêt à passer l'examen dès le mois de mai.

5.2 Les épreuves du CAP Pâtissier

Code	Intitulé	Durée	Coefficient
EP1	Tour, petits fours secs et moelleux, gâteaux de voyage — Écrit 30 min + Pratique 4h50 + Oral 10 min	5h30	Coef 9
EP2	Entremets et petits gâteaux — Écrit 45 min + Pratique 4h + Oral 15 min	5h	Coef 7
PSE	Prévention Santé Environnement — écrit (sauf dispense)	1h	Coef 1
EG1	Français, Histoire-géographie, Enseignement moral et civique (sauf dispense)	2h15	Coef 3
EG2	Mathématiques et sciences physiques et chimiques (sauf dispense)	2h	Coef 2
EG3	Éducation Physique et Sportive (sauf dispense)	Pratique	Coef 1
EG4	Langue vivante étrangère (sauf dispense)	40 min	Coef 1
Facultatif	Arts appliqués et cultures artistiques, Mobilité	Variable	Bonus

Les épreuves ont lieu en général sur 2 jours d'affilées pour EP1 et EP2. La PSE est passée sur un autre jour (près de chez vous en général) ou dans la continuité de l'EP1 ou l'EP2.

6. Les dispenses possibles

6.1 Dispense de PSE

Depuis la session 2020, la PSE est une épreuve du domaine général. Les candidats titulaires d'un baccalauréat professionnel, d'un CAP ou d'un BEP (Éducation Nationale ou agricole) peuvent être dispensés de cette épreuve. Il vous faudra fournir le relevé de notes ou le diplôme correspondant lors de votre inscription.

6.2 Dispense d'EPS

Les candidats individuels et en enseignement à distance peuvent se déclarer « Dispensé » à l'épreuve d'Éducation Physique et Sportive lors de leur inscription, sans avoir à fournir de justificatif.

6.3 Dispense des matières générales (EG1, EG2, EG4)

Les candidats libres et candidats enseignement à distance sont dispensés des matières générales (Français, Histoire-géographie, Enseignement moral et civique, Mathématiques et sciences, Langue vivante) s'ils ont déjà obtenu :

- Un autre CAP
- Un BEP
- Un baccalauréat
- Ou tout diplôme enregistré au Répertoire National des Certifications Professionnelles (RNCP) de niveau IV ou plus

Ces candidats doivent fournir un justificatif pour valider cette exemption (copie du diplôme ou relevé de notes) lors de leur inscription.

À CDP San Nicolas : il est nécessaire d'avoir déjà obtenu un baccalauréat (ou équivalent) pour rejoindre notre école, car nous sommes spécialisés en pratique professionnelle et non en préparation aux matières générales.

6.4 Textes officiels de référence

- Arrêté du 23/06/2014 : <https://www.education.gouv.fr/bo/14/Hebdo30/MENE1414880A.htm>
- Arrêté du 11/06/2021 : <https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000043741626>
- Arrêté du 30 août 2019 fixant les unités générales du CAP et définissant les modalités d'évaluation : <https://www.legifrance.gouv.fr/loda/id/JORFTEXT000039034347>

6.5 Conseil pratique — matières facultatives en bonus

Même si vous êtes exemptés de l'épreuve d'Anglais (EG4), si vous êtes bons en langues, prenez cette matière en option. Ce n'est que du bonus : seuls les points au-dessus de la moyenne sont pris en compte, ils ne peuvent pas vous faire baisser votre note finale.

7. Le matériel à apporter le jour de l'examen

Les candidats au CAP Pâtissier doivent apporter leur propre équipement. La liste précise du matériel vous est fournie avec votre convocation. Parmi le matériel généralement demandé :

- Couteau de tour, couteau à génoise, économe, couteaux d'office
- Coupe pâte, corne, spatule
- Fouet, cul-de-poule (parfois demandé)
- Poches à douilles et douilles (unies et cannelées de plusieurs tailles)
- Thermomètre à sucre / thermomètre digital
- Rouleau à pâtisserie
- Pinceaux pâtisserie
- Calculatrice de base (non programmable)
- Balance de précision

Conseils supplémentaires (même si non demandé sur la convocation) : minuteur, essuie-tout, désinfectant pour le plan de travail, règle et gabarits. Avec tous les entraînements que vous aurez faits chez vous, vous aurez déjà logiquement une grande partie de ce matériel — il s'agit vraiment des bases de la pâtisserie.

CDP San Nicolas offre une mallette de pâtissier à tous ses élèves qui suivent la formule CAP Pâtissier en présentiel dans notre laboratoire. Pour les élèves en formation à distance, nous conseillons du matériel via notre boutique en ligne pour élèves (labosannicolas.com) et via une liste détaillée dans les espaces élèves.

8. Résultats, obtention du diplôme et session de rattrapage

8.1 Obtention du diplôme

Le candidat valide son diplôme dès lors qu'il obtient une note moyenne supérieure à 10/20 pour l'ensemble des matières.

Attention : l'oral et le nettoyage du poste de travail sont deux éléments qui font souvent la différence entre l'obtention et l'échec, alors qu'ils sont sous-estimés par de nombreux candidats. Chef Cyril San Nicolas, régulièrement Jury du CAP Pâtissier, y accorde une attention particulière lors de sessions de coaching et lors de conférences dédiées.

Les résultats sont donnés début juillet sauf exception, sur la plateforme Cyclades (<https://cyclades.education.gouv.fr>).

8.2 Conservation des notes acquises

Si vous obtenez une note supérieure ou égale à 10/20 à une épreuve mais que votre moyenne générale reste en-dessous de 10/20, vous conservez cette note acquise pendant 5 ans (durée légale de conservation des notes du CAP). Vous ne re-passerez que les épreuves non acquises lors des sessions suivantes.

8.3 Absence à l'examen et session de rattrapage

Si par hasard, pour cas de force majeure, vous êtes amené à être absent lors de l'examen, vous pouvez demander à être inscrit à une session de rattrapage en écrivant à votre académie.

Message important : si ce n'est pas un cas de force majeure, par respect pour l'académie et toutes les personnes qui organisent l'examen (achat de matières premières, réservation des salles, engagement de membres de jury qui sont souvent des Chefs pâtissiers en activité), merci de prévenir dès que possible si vous ne pouvez pas venir à l'examen. Un simple coup de fil quelques jours ou semaines avant, ils seront heureux de votre honnêteté et cela leur évitera de vous attendre pour rien.

9. Accompagnement CDP San Nicolas

Nos référentes pédagogiques peuvent accompagner chaque élève tout au long de son parcours et notamment sur les démarches d'inscription à l'examen si besoin:

- Aide à la création du compte Cyclades
- Vérification du dossier d'inscription et des pièces à joindre
- Délivrance des attestations de formation nécessaires à l'inscription
- Délivrance des conventions de stages
- Aide au choix des entreprises pour les stages
- Réponse aux questions techniques et administratives sur le passage de l'examen
- Coaching individuel de préparation (sujets de CAP blanc, conseils de Chef Cyril lors de nos lives, webinaires de retour d'expérience)

Pour toute question : contact@cyrilsannicolas.com ou 06 58 62 29 17 (Audrey ROIT, référente pédagogique et référente handicap).

Récapitulatif — Les 6 étapes clés

1. Choisir votre statut en fonction de votre situation: candidat libre ou candidat enseignement à distance
2. Créer votre compte Cyclades et vous inscrire entre mi-octobre et fin novembre de l'année précédant la session d'examen
3. Compléter votre dossier avec toutes les pièces demandées (pièce d'identité, relevés de notes, attestations)
4. Effectuer vos 14 semaines de stages (490 heures) selon les modalités de votre statut
5. Recevoir votre convocation environ un mois avant les épreuves et vous présenter avec votre matériel
6. Consulter vos résultats début juillet sur Cyclades