

Études, stages, emplois, volontariats, échanges...

ÉDITION
2026

Destination EUROPE

ET UN PEU PLUS LOIN

infojeunes-na.fr

Etudes, emploi, stages, alternance, volontariat...
POUR PARTIR À L'ÉTRANGER

COMMENCEZ **par** **RENCONTRER** **eurodesk**

**Un réseau
près de
chez vous**



www.eurodesk.eu



Que ce soit pour des études, un stage professionnel ou un séjour linguistique, un job ou une mission de volontariat, une expérience à l'étranger est un précieux atout, qui enrichit un parcours et développe des compétences.

Bien qu'exaltant, un départ se réfléchit et s'organise. C'est la raison pour laquelle Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine édite ce guide.

Vous y trouverez des informations sur les programmes de mobilité internationale ainsi que des contacts, afin de mettre un maximum de chances de votre côté pour faire de ce séjour une expérience réussie.

Présentes en proximité, sur tous les territoires, les structures Info Jeunes participent aux réseaux européens de l'information, tels que EUROPE DIRECT et Eurodesk, garantissant aux citoyens une information de proximité gratuite et fiable.

Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine anime également le site internet So Mobilité, portail d'information régional sur la mobilité internationale des jeunes. De nombreux services sont mis à disposition des jeunes néo-aquitains souhaitant partir à l'étranger : actualités, événements, témoignages, offres de mobilité, boîte à outils, ou encore une plateforme de prise de rendez-vous en ligne avec un vaste réseau de conseillers !

En espérant que ces pages susciteront des envies de mobilité et vous en faciliteront l'accès, nous vous souhaitons une bonne lecture.

L'équipe d'Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine

Sommaire

➔ introduction / quelques repères

L'Union européenne	6
Les institutions européennes	7
Eurodesk	7
Le réseau EUROPE DIRECT	8
So Mobilité	8
Pensez transfrontalier	9

➔ ils sont partis, pourquoi pas vous ?

6 idées reçues	10
6 bonnes raisons de partir	11

➔ préparer son départ et son retour

Langues	12
Papiers	12
Santé	13
Transport	14
Logement	15
Argent	15
Allocations chômage	16
Impôts	16
Retraite	16
S'informer sur le pays	17
Retour	17
Valoriser son expérience	17

➔ faire des études

Quand partir ?	19
Partir à titre individuel	23
Partir dans le cadre d'un programme	25
Trouver une aide financière	27

➔ trouver un stage

Réglementation	36
Comment chercher un stage ?	36
Partir dans le cadre d'un programme	38
Trouver une aide financière	38
Europass Mobilité	49

➔ trouver un emploi, un job

Comment chercher un emploi ?	50
Comment chercher un job ?	52
Formuler sa candidature	53
Reconnaissance professionnelle	54
Autres pistes	54

➔ faire du volontariat

Bénévolat et volontariat : quelles différences ?	58
Partir dans le cadre d'un programme	58

➔ partir autrement

Partir dans le cadre d'un programme	66
Partir à l'aventure	69
Trouver une aide ou bourse de voyage	70

➔ voyager durablement

Sites internet facilitant la recherche d'itinéraires doux	74
Programmes verts	75

➔ en savoir plus

Sites internet utiles	79
Le réseau Eurodesk	80
Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine	80
So Mobilité	81
Structures Info Jeunes et Eurodesk en région	81

Directrice de la publication : Constance d'Auber de Peyrelongue

Coordination et rédaction : A. Beucher Negremont, S. Brouard, I. Bourion, L. Cafaro,

C. Conlon, S. Girardeau, F. Hardouin, A. Lettieri, A-L. Martinat

Création page de couverture : A-L. Martinat

Maquette : Marielle Chaprenet

Impression : Imprimerie SIPAP Oudin

Crédits photos : Château de Minnewater en Belgique - wirestock - Freepik

Ce guide a été édité avec l'aide de l'Union européenne dans le cadre du programme Erasmus+.

Les informations qu'il contient sont publiées par le CIDJ, Eurodesk France et Info Jeunes / CRIJ Nouvelle-Aquitaine et n'engagent pas la responsabilité de la Commission européenne. Ce guide fait partie d'une collection nationale et a été réalisé en coopération avec les coordinateurs régionaux Eurodesk en France.

Site régional : www.infojeunes-na.fr

Conformément à une jurisprudence constante, les erreurs ou omissions involontaires qui auraient pu subsister dans ce guide malgré les soins et les contrôles de l'équipe de rédaction ne sauraient engager la responsabilité de l'éditeur. La reproduction partielle ou totale des renseignements contenus dans cette édition à des fins de commercialisation est formellement interdite sans l'autorisation expresse de l'éditeur. Dépôt légal en cours

Introduction / quelques repères

L'Union européenne

Initiée par six États membres en 1951, elle compte actuellement 27 États (Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, Chypre, Croatie, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Irlande, Italie, Lettonie, Lituanie, Luxembourg, Malte, Pays-Bas, Pologne, Portugal, Tchéquie, Roumanie, Slovaquie, Slovénie et Suède).

Les institutions européennes

Les acteurs de l'Union européenne sont les États membres et les institutions européennes :

le Conseil européen,
la Commission européenne,
le Conseil de l'Union européenne
et le Parlement européen.

- **Conseil européen**
www.consilium.europa.eu
- **Commission européenne**
commission.europa.eu
- **Conseil de l'Union européenne**
www.consilium.europa.eu
- **Parlement européen**
www.europarl.europa.eu

À cela s'ajoutent des organes de contrôle :

- **Cour de justice de l'Union européenne**
<https://curia.europa.eu>
- **Cour des comptes de l'Union européenne**
www.eca.europa.eu/fr
- **Le Parquet européen depuis juin 2021**
www.eppo.europa.eu/en

Des organes financiers :

- **Banque centrale européenne - BCE**
www.ecb.europa.eu
- **Banque européenne d'investissement - BEI**
www.eib.org

Et des organes consultatifs :

- **Comité économique et social européen**
www.eesc.europa.eu
- **Comité européen des régions**
<https://cor.europa.eu>



Pour en savoir plus
sur l'Europe et
l'Union européenne :
www.touteurope.eu

LES INSTITUTIONS DE L'UNION EUROPÉENNE



LE CONSEIL EUROPÉEN → L'IMPULSION POLITIQUE

Fonction : grandes orientations politiques
Composition : les chefs d'État ou de gouvernement, le président du Conseil européen et la président de la Commission européenne
Réunion : au moins 4 fois par an à Bruxelles

LE CONSEIL DE L'UNION EUROPÉENNE → LA VOIX DES ÉTATS

Fonction : vote les lois et le budget
Composition : réunions thématiques de 27 ministres des États membres
Siège : Bruxelles

LA COUR DE JUSTICE DE L'UNION EUROPÉENNE

Fonction : veille à la bonne application de la législation européenne
Siège : Luxembourg

LA COMMISSION EUROPÉENNE → L'INTÉRÊT GÉNÉRAL

Fonction : proposition - exécution
Composition : un commissaire par État membre
Siège : Bruxelles

LE PARLEMENT EUROPÉEN → LA VOIX DES CITOYENS

Fonction : vote les lois et le budget
Composition : 720 députés européens
Siège : Strasbourg

LA COUR DES COMPTES EUROPÉENNE

Fonction : veille à la bonne utilisation du budget de l'Union européenne
Siège : Luxembourg

Schéma développé par le Centre EUROPE DIRECT Strasbourg

Au-delà des institutions de l'Union européenne :

Il existe le **Conseil de l'Europe**, qui joue un rôle de garant des droits humains, de la démocratie et de l'État de droit sur le continent européen.

www.coe.int

Eurodesk

Réseau destiné aux professionnels et aux jeunes, Eurodesk a pour mission de faciliter la mobilité en Europe, en proposant un panorama complet des dispositifs, des bourses et des aides financières.

Il met à votre disposition des informations pratiques sur les études, la formation professionnelle, les stages, l'emploi, les échanges,

les rencontres et les initiatives de jeunes.

→ Le réseau Eurodesk contribue au **portail européen de la jeunesse** sur lequel vous trouverez de nombreuses informations pratiques : <https://youth.europa.eu>

→ Grâce à son réseau de correspondants présents dans toute l'Europe, Eurodesk peut vous aider à **trouver des partenaires**. En France, Eurodesk s'appuie sur le réseau Info Jeunes avec le CIDJ (*Centre d'information et de documentation jeunesse*) comme coordinateur national à Paris, et près de 150 référents présents dans les structures Info Jeunes réparties sur tout le territoire : <https://eurodesk.eu>

Le réseau EUROPE DIRECT

Les centres EUROPE DIRECT amènent l'Union européenne, ses politiques et ses valeurs dans tous les recoins de l'Europe et renforcent le lien essentiel entre les institutions et les citoyens, en promouvant le dialogue et une citoyenneté européenne active. Ils offrent un service d'information gratuit et sont à même de conseiller et répondre aux questions sur l'Union européenne, son fonctionnement, ses politiques et ses financements.



**EUROPE
DIRECT**

EUROPE DIRECT, c'est **un réseau de plus de 430 structures dans l'Union européenne, dont environ 50 en France. En Nouvelle-Aquitaine, 6 centres EUROPE DIRECT** ont été labellisés par la Commission européenne et le Parlement européen pour la période 2026-2031.



Pour en savoir plus

- **sur les centres dans les États membres de l'UE, y compris la France :**
https://france.representation.ec.europa.eu/points-de-contact-en-france_fr

- **sur EUROPE DIRECT en Nouvelle-Aquitaine :**
<https://linktr.ee/EUROPEDIRECTNOUVELLEAQUITAINE>

So Mobilité

So Mobilité est le site d'information en Nouvelle-Aquitaine pour la mobilité internationale des jeunes.

- Actualités, événements, témoignages, articles d'information, offres de mobilité, foire aux questions, boîte à outils... de nombreux services sont regroupés sur ce site internet pour les jeunes néo-aquitains souhaitant partir à l'étranger.
- Sans oublier la possibilité de prendre rendez-vous directement en ligne avec un vaste réseau de plus de 70 conseillers So Mobilité !
- Un espace est également dédié aux professionnels.

www.somobilitate.fr



Pensez transfrontalier

En Nouvelle-Aquitaine, la zone transfrontalière, à travers le département des Pyrénées-Atlantiques, concerne trois régions espagnoles : le Pays basque, la Navarre et l'Aragon.

Afin de faciliter la mobilité des jeunes, plusieurs possibilités existent : dispositifs sur le plan de l'emploi, des bourses, des coopérations entre universités ou encore des volontariats.



ZOOM SUR LE PROJET TRAMPOLINE !

Zoom



Si vous cherchez un premier emploi, un stage, une formation ou un volontariat, pourquoi ne pas jeter un œil du côté de l'Espagne ou de l'Andorre, au plus proche de notre région ?

Trampoline vous propose différents outils pour votre recherche d'emploi, des ressources pour votre projet, ou encore met en avant les opportunités pour partir dans cette zone transfrontalière.

Un réseau de partenaires est à votre disposition pour vous informer et vous accompagner dans votre projet de mobilité transfrontalière !

www.reseau-trampoline.eu

www.infojeunes-na.fr (contacts en Nouvelle-Aquitaine)



**Interreg
POCTEFA**



Cofinanciado por
la UNIÓN EUROPEA
Cofinancé par
l'UNION EUROPÉENNE

Ils sont partis, pourquoi pas vous ?

6 idées reçues

1. "Il faut avoir les moyens pour partir !"

Partir à l'étranger entraîne des dépenses (*transport, nourriture, logement, etc.*) mais il existe des programmes et bourses qui permettent de les réduire, et parfois même de les couvrir !

2. "Le programme Erasmus+ ? C'est pour les étudiants !"

Erasmus+ s'adresse à TOUS les jeunes, qu'ils soient lycéens, apprentis, étudiants, demandeurs d'emploi... et même aux adultes (*professeurs et animateurs jeunesse notamment*) !

3. "Les démarches sont compliquées !"

Il est vrai qu'elles sont parfois longues et impliquent une préparation et une organisation assez rigoureuses, mais le jeu en vaut la chandelle, alors accrochez-vous !

4. "Il faut un très bon niveau en langue pour partir"

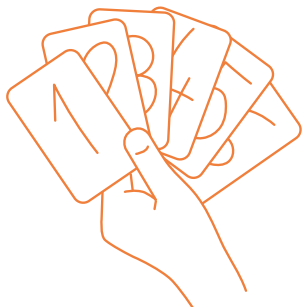
Si l'objectif est de décrocher un emploi qualifié, mieux vaut en effet maîtriser la langue du pays. Cependant, il est tout à fait possible de trouver un job ou une mission de volontariat avec un niveau débutant ou intermédiaire.

5. "On est loin de sa famille et de ses amis"

Quitter sa zone de confort peut être difficile, mais c'est là tout l'intérêt ! Perdre ses repères, se confronter à une autre réalité, rencontrer de nouvelles personnes... sont autant d'expériences excitantes à vivre et à partager !

6. "Je ne sais pas où m'adresser"

S'il est vrai que l'information est partout, il est parfois difficile de s'y retrouver, de comprendre les procédures à suivre, ou de savoir si l'on est éligible aux programmes et aux aides ou non. Les professionnels du réseau Info Jeunes / Eurodesk vous conseillent et vous accompagnent gratuitement. Contactez-les !



6 bonnes raisons de partir

Envie de changer d'air ? L'idée de partir vous trotte dans la tête depuis un moment mais vous hésitez encore ?

Partir à l'étranger est une expérience formatrice et enrichissante... voici une petite liste qui vous aidera à sauter le pas.

1. Apprendre autrement !

Quel que soit l'objet de votre mobilité, une expérience internationale vous permet de découvrir d'autres façons de travailler ou d'étudier, d'autres méthodes d'apprentissage, d'autres formes d'organisation. C'est une excellente façon de développer vos compétences et de devenir force de propositions dans votre vie professionnelle future.

2. "Jag talar svenska" (Je parle suédois) :

Le moyen le plus efficace d'apprendre une langue, c'est d'être obligé de la parler : instinct de survie ! Même si les premiers jours peuvent être fatigants, vous allez être surpris de la rapidité à laquelle vous progresserez.

3. Immersion totale :

Vous n'êtes pas simplement "de passage". Vous allez avoir le temps de découvrir un pays en profondeur, de rencontrer les habitants et de vous glisser dans leur peau, de connaître leur culture et vous pourrez témoigner à votre retour d'un vrai vécu et d'un carnet d'adresses international.

4. Vous connaître et développer votre "adaptabilité" :

En découvrant une langue, une culture, des personnes, vous pourrez faire le point sur vos valeurs et vos atouts et apprendre à vous adapter à de nouvelles situations, qualité très appréciée des employeurs.

5. Booster votre CV :

Une expérience internationale, ça se valorise dans un CV ! Elle fera de vous un candidat plus intéressant. Selon une étude de la Commission européenne en 2014, les étudiants Erasmus+ auraient un taux d'employabilité 70% plus élevé que l'ensemble des étudiants.

6. "Open your mind!"

À travers vos rencontres, votre regard sur les autres évoluera et vous deviendrez plus ouvert, plus tolérant. C'est une expérience humaine avant tout !

Préparer son départ et son retour

Un séjour à l'étranger pour des études, un stage, un emploi ou un volontariat nécessite un minimum de préparation.

La préparation de votre départ est la première étape d'un séjour réussi, ne l'oubliez pas !

Les éléments suivants méritent une attention particulière.

Langues

Selon les projets, il n'est pas impératif de parler la langue du pays d'accueil. Pensez toutefois à **tester votre niveau et commencez à vous imprégner de la langue du pays** grâce aux applis, films et séries en VO, cafés et tandems linguistiques, ou en échangeant en ligne.

<https://europass.europa.eu/fr>

<https://tandem-linguistique.org>

www.hellotalk.com

www.alte.org

www.bbc.co.uk/learningenglish

<https://forvo.com>

www.epals.com

<https://parkur.ofaj.org>



***Vous partez avec Erasmus+ ou le Corps européen de solidarité ?
L'accès à la plateforme EU Academy vous est offert !
Testez votre niveau et suivez un cours dans l'une des 30 langues proposées !***

<https://academy.europa.eu>

(rubrique Apprenez les bases des langues avec Soutien Linguistique en Ligne / go to community)

Papiers

Une carte d'identité ou un passeport en cours de validité suffit pour vous déplacer, séjourner et travailler dans un pays de l'UE.

Si vous partez plus de 3 mois pour étudier, travailler ou mener un projet, selon le pays, il sera nécessaire de vous enregistrer auprès des autorités (*généralement à la mairie ou au commissariat de police*). Vous obtiendrez alors une attestation d'enregistrement de durée illimitée.

<https://europa.eu/youreurope>

(rubrique Séjourner, Voyager / Voyager / Documents requis pour voyager en Europe)

www.service-public.fr

(rubrique Fiches pratiques par événements de vie / Je pars vivre à l'étranger)

Hors UE, un visa adapté au but de votre voyage (*tourisme, emploi, études*) est exigé. Contactez l'ambassade ou le consulat en France du pays où vous allez.

www.diplomatie.gouv.fr

(rubrique Le Ministère / Organisation et annuaires)

(rubrique Services aux Français / Préparer son expatriation)

Infos

- En raison du **Brexit**, vous pourriez désormais avoir besoin d'un visa pour vous rendre au Royaume-Uni.
- Pour un court séjour, le voyageur européen doit **être muni d'un passeport et d'une autorisation électronique de voyage (ETA)**.
 - En revanche, **un visa de long séjour** est nécessaire si l'on souhaite se rendre au Royaume-Uni pour y travailler, y étudier, ou s'y installer. Pour vérifier si vous avez besoin d'un visa, vous pouvez vous rendre sur :

<https://brexit.gouv.fr>

www.gov.uk/check-uk-visa

- **Le Programme Vacances Travail (PVT)** est une option intéressante pour explorer le monde au-delà de l'Europe ! Grâce à des accords signés entre la France et 15 pays, les jeunes peuvent plus facilement obtenir un visa leur permettant de voyager et/ou de travailler à l'étranger. Plus d'infos p. 55

- Pour les séjours de longue durée, **l'inscription au registre des Français** établis hors de France est conseillée. Contactez le consulat français de votre pays d'accueil.

Santé

Avant votre départ, demandez **la carte européenne d'assurance maladie (CEAM)**. Gratuite et valable 2 ans, elle atteste vos droits à l'assurance maladie et couvre vos soins médicaux dans les pays de l'UE, en Islande, au Liechtenstein, en Norvège et en Suisse. Pour vous faire rembourser des soins reçus à l'étranger, envoyez vos factures avec le Formulaire 12267*06 "Soins reçus à l'étranger" rempli à votre caisse d'assurance maladie.

www.ameli.fr

www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R17466

Pour les salariés, la protection sociale varie selon les statuts : les salariés détachés par une entreprise française sont soumis au système de sécurité sociale français et leurs cotisations sont versées en France. Les salariés d'entreprises d'un pays de l'UE et les travailleurs frontaliers relèvent du régime de sécurité sociale du pays où ils travaillent et cotisent à ce régime.



Le 112 est le numéro d'appel d'urgence valable partout en Europe.

Préparer son départ et son retour

Hors UE, vous devrez régler vos frais médicaux et seuls les soins urgents et imprévus pourront éventuellement être remboursés. Faites le point sur **les vaccins nécessaires** et, quelle que soit votre destination, pensez à souscrire **une assurance complémentaire santé, responsabilité civile et rapatriement**.

www.cleiss.fr

www.cfe.fr

➔ **Des sites et applis participatives** permettent de trouver et de partager **des lieux** (restaurants, hôtels, banques, magasins, plages) **et activités** (cinémas, musées) **accessibles** selon votre handicap en Europe et dans le monde.

<https://inclusivemobility.eu>

➔ L'association Erasmus Student Network France et ses partenaires européens ont développé **un site internet pour les jeunes en situation de handicap** souhaitant effectuer une mobilité internationale :

<https://mobility-with-disabilities.org/fr>



Plus d'infos
dans nos brochures
Eurodesk !

Transport

Pour agir contre le réchauffement climatique, il est urgent de revoir nos habitudes et d'adopter un comportement responsable, à commencer par réduire nos voyages en avion. Pensez aussi à d'autres modes de transports plus écologiques comme le bus, le train ou le covoiturage pour vos déplacements.

N'oubliez pas que **le permis de conduire** français est valable dans toute l'UE. Au-delà de ces frontières, un permis de conduire international ou local peut être exigé.

www.securite-routiere.gouv.fr



Vous souhaitez découvrir d'autres idées de mobilités durables ?

Retrouvez plus d'informations dans **la rubrique "Voyager durablement" p.74**

➔ Et pour tout savoir sur vos droits de passager, consultez le site **"l'Europe est à vous"**.

<https://europa.eu/youreurope>
(rubrique Séjourner, Voyager / Voyager / Droits des passagers)

Logement

Auberge de jeunesse, chambre ou canapé chez l'habitant, gîte, pension :

ces formules vous dépanneront pour quelques nuits.

www.hihostels.com
www.roomgo.net
www.couchsurfing.com
www.europeanhostels.com
wesharewecare.eu/fr
www.hostelz.com
www.nomadsister.com/fr
<https://ohmyup.com> (pour un logement à Malte)

→ **Pour un séjour de longue durée**, la colocation reste souvent la solution idéale. Les services des relations internationales des écoles et universités ou les centres Info Jeunes peuvent vous orienter dans vos recherches.

➔ **Airbnb aide les personnes en situation de handicap** à trouver des hébergements adaptés (*accès de plain-pied, porte large, ascenseur, lit ajustable, stationnement...*).
www.airbnb.fr

Argent

→ Informez-vous sur le coût de la vie dans votre pays d'accueil et **prévoyez le budget nécessaire** pour couvrir vos frais (*passport, visa, assurance, logement, nourriture*).

→ **L'ouverture d'un compte bancaire à l'étranger** n'est pas indispensable mais peut s'avérer utile si vous êtes rémunéré. Les justificatifs demandés varient selon les pays (*justificatif de domicile, titre de séjour si hors UE, attestation d'études...*). Demandez une lettre de recommandation à votre banque française, ça peut toujours être utile !

→ **Si vous souhaitez utiliser votre compte français** pendant votre séjour à l'étranger, examinez les conditions de votre banque (*coût des virements, commissions et frais de retrait*).

→ Pensez aux cartes de réductions :

- **Carte jeunes européenne :**
<https://eyca.org>
<https://cartejeunes.fr>
Pensez également à "myEYC App" : l'application officielle de la Carte Jeunes Européenne.
- **Carte d'étudiant internationale :**
www.isic.fr
(rubrique Acheter une carte ISIC)
- **Carte FUAJ :**
www.hifrance.org
(rubrique À propos de nous / devenir membre)





Vous partez dans le cadre d'un programme ?

Certaines bourses sont cumulables avec les aides de l'État, de votre région, département ou de votre ville ! Vérifiez leurs critères d'éligibilité et postulez !

Allocations chômage

Si vous partez chercher un emploi dans un autre pays de l'UE, vous pouvez demander **le transfert de vos allocations chômage pendant 3 mois**.

Vous devez être inscrit et indemnisé par France Travail pour demander un maintien de droits (via le formulaire U2 remis par votre conseiller).

Vous aurez ensuite 7 jours pour vous inscrire auprès de l'institution de chômage à l'étranger qui se mettra en contact avec votre conseiller France Travail en France.

La même démarche est à effectuer si vous percevez une indemnité dans un pays de l'Espace économique européen et que vous rentrez en France.

<https://europa.eu/youreurope>
(rubrique *Séjourner, Voyager / Travail et retraite / Chômage et allocations*)

www.francetravail.fr
(Accueil / S'ouvrir à l'international)

Impôts

Il n'y a pas d'harmonisation fiscale en Europe. Dans la plupart des pays européens, les impôts sont prélevés à la source (sur le salaire). En général, c'est la domiciliation fiscale qui s'applique : si vous travaillez moins de 6 mois par an dans un autre pays de l'UE, vous paierez vos impôts en France. Au-delà de 6 mois, vous les paierez dans votre pays de résidence. Si vous travaillez à l'international, vérifiez ce que prévoit la convention fiscale entre la France et votre pays d'accueil.

<https://europa.eu/youreurope>
(rubrique *Séjourner, Voyager / Travail et retraite / Fiscalité*)

www.impots.gouv.fr
(rubrique *Particuliers / Signaler mes changements de situation*)

Retraite

La prise en compte des périodes de travail à l'étranger **varie selon les pays**. Les pays de l'UE, l'Islande, le Liechtenstein, la Norvège et la Suisse appliquent la réglementation européenne en matière de sécurité sociale. Elle permet à toute personne ayant travaillé dans plusieurs pays de faire valoir ses périodes de travail à l'étranger pour le calcul de sa pension retraite. Une quarantaine d'États et de territoires ont également signé une convention avec la France.

www.lassuranceretraite.fr
www.cleiss.fr

S'informer sur le pays

Avant de partir, informez-vous sur le pays, sa culture, son climat et son mode de vie.

Commencez par **consulter les "Clics Pays" du réseau Eurodesk** qui recensent les sites internet incontournables pour tous les pays européens (disponibles sur www.cidj.com ou sur www.somobile.fr).

Vous trouverez aussi beaucoup d'informations pratiques sur le portail YourEurope (<https://europa.eu/youreurope>), sur les guides touristiques et sur les dossiers pays réalisés par le Ministère des Affaires étrangères www.diplomatie.gouv.fr (rubrique Services aux français / Préparer son expatriation / Dossiers pays de l'expatriation).

Retour

Certaines démarches sont à engager avant de partir, d'autres dès votre retour en France.

Informez-vous sur les démarches, délais et justificatifs qui vous seront demandés.

www.emploi-store.fr

www.ufe.org

(rubrique Je rentre en France)

www.service-public.fr

(rubrique Fiches pratiques par événement de vie / Je rentre en France après avoir vécu à l'étranger)

Valoriser son expérience

→ **Mettez en valeur sur votre CV les compétences acquises** au cours de votre mobilité et illustrez votre expérience sur les réseaux sociaux professionnels. Les outils AKI, Europass et Youthpass et les badges numériques vous aideront à identifier et à valoriser vos nouvelles compétences.

www.aki-app.org/fr

<https://europass.europa.eu/fr>

www.youthpass.eu

→ **Conservez tous les justificatifs** de votre expérience à l'étranger dans un dossier.

→ Dès votre retour, **illustrez votre expérience sur vos réseaux personnels et professionnels.** Dans tous les cas, consultez les paramètres de sécurité de vos réseaux sociaux et soignez votre e-réputation !





Le portail Découvrir le monde

rassemble les programmes et bourses de mobilité, témoignages, actualités et conseils pratiques pour tous les jeunes qui souhaitent bouger à l'étranger.

www.decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr

Devenez Ambassadeur Erasmus+ ou Europeers !

Après votre mobilité à l'étranger, **vous pouvez rejoindre le réseau des Ambassadeurs Erasmus+** (pour les mobilités d'études et/ou stage Erasmus+) ou celui des **Ambassadeurs Europeers** (échanges de jeunes Erasmus+, DiscoverEU, volontariat Corps européen de solidarité...).

Chaque année, ces deux réseaux regroupent au total **environ 80 personnes sélectionnées pour témoigner** de leur expérience et **promouvoir ces programmes** auprès du grand public, partout en France.

agence.erasmusplus.fr (Ambassadeurs Erasmus+)

www.erasmusplus-jeunesse.fr (Réseau Europeers)



Faire des études

S'il est plus simple de partir étudier à l'étranger dans le cadre d'un partenariat ou d'un programme d'échange avec votre établissement français, il est aussi possible de commencer ou de poursuivre vos études à l'étranger sans être inscrit en France.

Quand partir ?

Avant le bac

→ Établissements scolaires français à l'étranger

Suivre une scolarité à la française, mais à l'étranger, c'est possible ! Un vaste réseau de **615 établissements d'enseignement français** (écoles, collèges et lycées) présents dans près de **140 pays**, vous permet de suivre un enseignement conforme au programme du Ministère de l'Éducation nationale. Vous pourrez notamment préparer le brevet ou le baccalauréat français. Attention, des frais de scolarité sont demandés. Possibilité de bourse sous conditions.
aefe.gouv.fr



Le programme "**Bourses de mobilité pour les lycées français**" du Ministère de l'Éducation nationale permet à une trentaine d'élèves de passer leur année de première ou de terminale dans un lycée français partenaire du dispositif à **Barcelone, Madrid, Dublin, Munich ou Vienne**. Le montant de l'aide dépend des revenus de la famille. Plus d'informations auprès de votre établissement.
www.eduscol.education.fr

→ Partir avec son établissement scolaire

Vous pouvez partir en mobilité à l'étranger dans le cadre d'un partenariat conclu par votre établissement (ou le rectorat) avec un établissement étranger.

Un contrat d'études sécurise la mobilité. Renseignez-vous auprès de votre professeur principal, du référent international de votre établissement/CFA, du CPE ou du chef d'établissement.

■ Programme Erasmus+ (enseignement scolaire et formation professionnelle)

- **Des échanges scolaires collectifs** permettent aux équipes éducatives et à leurs élèves (de la maternelle au lycée) de travailler sur une thématique commune et de se rencontrer lors d'une mobilité de 2 jours à 1 an. Des **mobilités individuelles** sont aussi possibles. Les élèves et apprentis de la voie professionnelle peuvent également suivre une formation dans un organisme de formation professionnelle en Europe avec une période en entreprise obligatoire.
- Une bourse Erasmus+ est prévue pour les frais de voyage et de séjour. Son montant varie selon le pays et la durée du séjour.
- En pratique, les mobilités de court terme sont plus nombreuses.

<https://agence.erasmusplus.fr>

Info

Si l'apprentissage à l'international est assez rare, il est plus accessible en Europe. C'est précisément dans cet objectif que l'État français a pris la décision de soutenir le projet "Mon apprentissage en Europe" (MONA), porté par Euro App Mobility. Si le nombre d'apprentis en mobilité a augmenté ces dernières années, cette tendance devrait encore s'accroître dans les années à venir et les apprentis devraient pouvoir partir plus longtemps.

Si cela vous intéresse, contactez le référent mobilité de votre CFA.
www.euroappmobility.eu
www.euroguidance-france.org

➔ Les lycéens des voies générale et technologique intéressés par une période de mobilité scolaire à l'étranger bénéficient de dispositifs facilitant leur mobilité individuelle et leur reconnaissance par une mention **"mobilité européenne et internationale"** portée au **baccalauréat**. Pour avoir la mention, la mobilité devra se dérouler en fin de seconde ou en début de première, avoir une durée minimale de 4 semaines, et être encadrée par les programmes Erasmus+ ou de l'OFAJ. Cette mention nécessite un contrat d'études et devra être validée par un rapport écrit et un oral devant un jury.

www.eduscol.education.fr
www.education.gouv.fr

■ Dispositifs de l'Office franco-allemand pour la jeunesse (OFAJ)

Les programmes d'échange **"Brigitte Sauzey"** et **"Voltaire"** de l'OFAJ permettent de **partir entre 3 et 6 mois en Allemagne** durant le collège ou le lycée.

Ces programmes engagent une réciprocité avec le correspondant allemand.

www.ofaj.org

■ Programmes académiques

Plusieurs dispositifs académiques en Nouvelle-Aquitaine existent pour permettre à des élèves de partir en mobilité individuelle dans des destinations partenaires :

- **ALLEMAGNE : Niki de Saint Phalle** (Académie de Poitiers)
- **AUTRICHE : Johanna Dohnal-Simone Veil** (Académie de Poitiers)
- **ESPAGNE : Picasso Mob** (Académie de Limoges) et **Cruzando fronteras** (Académie de Poitiers)

→ Partir hors partenariat / hors programme d'échange :

Si la mobilité que vous souhaitez faire à l'étranger (*notamment pour les séjours longs*) ne peut être encadrée par votre établissement français ou par le Ministère de l'Éducation nationale, vous pouvez solliciter des organismes privés proposant des immersions en établissements scolaires à l'étranger. Cette mobilité à l'étranger entraîne une interruption dans votre scolarité française.

Attention, cette année peut s'avérer très chère, propose peu d'aides financières et ne sera pas forcément reconnue par l'Éducation nationale à votre retour. La certification AFNOR reconnaît la qualité des services de l'organisme.

www.loffice.org

www.unosel.org

www.unse.org

www.afs.fr (bourses possibles sous conditions)



Bon plan :
certaines aides financières peuvent être sollicitées
auprès des collectivités locales, des comités d'entreprises de vos parents, ou encore grâce à des collectes de fonds en ligne.

Dans un autre cadre, le programme **"Échanges de jeunes" du Rotary** permet à des lycéens de 15 à 17,5 ans **de partir une année scolaire** dans un établissement étranger, en étant parrainés par les Rotary clubs locaux. La pension complète (*hébergement en familles*), les frais de scolarité, les transports scolaires et de l'argent de poche sont pris en charge. Des frais de participation seront néanmoins demandés par le Rotary.

Quel que soit votre âge, vous serez scolarisé dans l'équivalent d'une classe de première. Renseignez-vous auprès du Rotary Club près de chez vous.

www.rotary.org/fr

(rubrique *Nos programmes / Programmes pour les jeunes*)

www.crjfr.org

Districts en Nouvelle-Aquitaine :

- Département 79 (district 1510) :
www.rotary1510.org
- Départements 16-17-33-40-47-64 (district 1690) :
www.rotary-1690.org
- Département 86 (district 1720) :
www.rotary1720.org
- Départements 19-23-24-87 (district 1740) :
d1740.polaris.rotary.fr



→ Autres possibilités :

■ **Le baccalauréat international (IB)** est un diplôme étranger délivré par l'Organisation du baccalauréat international située à Genève, en partenariat avec plus de 5 000 établissements scolaires implantés dans le monde entier. En France, il est généralement reconnu avec l'équivalence du baccalauréat.

www.ibo.org/fr

■ **Le baccalauréat européen** est un diplôme proposé uniquement par le réseau des "Écoles européennes" (ou agréées). Les bacheliers titulaires de ce diplôme peuvent intégrer de plein droit les établissements d'enseignement supérieur des États membres de l'UE, ainsi que ceux de plusieurs autres pays. www.eursec.eu/fr

■ **Le baccalauréat franco-allemand** est un diplôme spécifique proposé par 5 lycées franco-allemands (France : Buc et Strasbourg / Allemagne : Fribourg, Hambourg et Sarrebruck), offrant un programme d'enseignement harmonisé et établi conjointement entre la France et l'Allemagne.

www.education.gouv.fr

(rubrique Enseignements / Europe et international)



Les sections binationales permettent la délivrance simultanée du baccalauréat français et d'un baccalauréat étranger (l'AbiBac pour la France et l'Allemagne, le BachiBac pour la France et l'Espagne, l'EsaBac pour la France et l'Italie).

www.education.gouv.fr
(rubrique Enseignements / Europe et international)

Après le bac

Pour partir étudier à l'étranger après le bac, deux scénarios sont possibles :

- **effectuer une mobilité via son établissement français**, grâce à un partenariat établi avec un établissement étranger ;
- **partir en toute autonomie** dans l'établissement de votre choix à l'étranger.

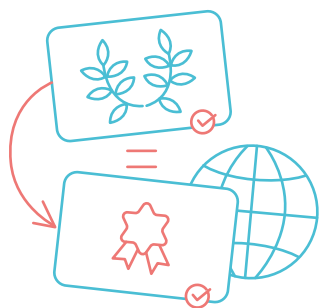
Plus d'infos dans les sections "Partir à titre individuel" et "Partir dans le cadre d'un programme d'échange".

Dans l'UE, le bac est généralement reconnu, bien que chaque pays ou université impose ses conditions d'admission. Pour intégrer une université hors UE, les étudiants doivent souvent **justifier d'un bon niveau d'études et passer des examens.**

Après un bac +2

Si vous partez en autonomie, le bac +2 est souvent sans équivalence à l'étranger. Vous serez probablement admis en première année d'études.

Plus d'infos dans la section "Partir à titre individuel".



Année de césure

➔ Bachelier ou étudiant, vous pouvez prendre **6 ou 12 mois de césure** avant ou pendant vos études supérieures pour mener un projet personnel ou professionnel à l'étranger, tout en conservant votre statut étudiant, un accompagnement de votre établissement, ainsi que vos bourses étudiantes (*sous conditions*). Pendant votre césure, vous pourrez travailler, faire du volontariat/bénévolat ou encore étudier à l'étranger.

Cette période étant encadrée, vous devrez d'abord obtenir l'accord de l'établissement où vous avez été accepté en France pour partir en césure. Cet établissement est libre d'accorder ou non la césure et définit ses modalités de reconnaissance dans votre parcours. Votre césure terminée, vous pourrez (ré)intégrer l'établissement dans lequel vous êtes inscrit ou vous réorienter.

www.etudiant.gouv.fr

Après un bac +3

C'est un des meilleurs moments pour partir étudier à l'étranger :

- **Vous pouvez partir dans le cadre d'un programme d'échanges** avec votre établissement français, ou bien vous inscrire dans le master de votre choix à l'étranger.
- **Au niveau européen**, le système de la licence, master et doctorat (LMD) harmonise la reconnaissance des diplômes et facilite la mobilité des étudiants.
- **Pour les pays hors UE**, les modalités d'inscription varient selon les établissements, mais à ce niveau d'études, les correspondances sont nombreuses.

Plus d'infos dans les sections "Partir dans le cadre d'un programme" ou "Partir à titre individuel".

Partir à titre individuel

S'inscrire de manière autonome dans un établissement à l'étranger permet une grande liberté dans le choix des destinations, des formations et de la durée d'études. Il vous faudra néanmoins effectuer vous-même toutes les démarches administratives et payer des frais d'inscription.

➔ Trouver un établissement et vous inscrire

Les modalités d'inscription diffèrent selon les établissements et les pays. Des examens d'entrée peuvent vous être demandés et les frais d'inscription sont généralement plus élevés qu'en France.

www.euroguidance-france.org
<https://studyportals.com>
<http://whed.net>
www.iie.org
<https://education.ec.europa.eu/study-in-europe>
<https://eurydice.eacea.ec.europa.eu>

Info

Les frais d'inscription à l'université varient considérablement en Europe.

Si l'inscription est gratuite dans certains pays de l'UE (Autriche, Finlande, Suède), elle peut être très onéreuse dans d'autres. L'Irlande, par exemple, affiche des frais d'inscription pouvant s'élever jusqu'à 30 000 € l'année.



Il existe peu d'aides financières françaises ou européennes lorsque l'on s'inscrit spontanément dans un établissement à l'étranger, car les aides sont souvent accordées aux étudiants avec d'excellents résultats ou ceux issus de filières ou de niveaux spécifiques. Référez-vous à la section "Trouver une aide financière" et renseignez-vous auprès de votre établissement d'accueil afin de savoir si des aides locales sont proposées aux étudiants étrangers.

→ Faire reconnaître vos diplômes

Il sera parfois nécessaire de **faire reconnaître vos diplômes** dans votre pays d'accueil. En Europe, le système de reconnaissance et d'équivalence de la plupart des diplômes est facilité. **Le réseau ENIC-NARIC** peut vous délivrer une attestation qui vous aidera à faire reconnaître vos diplômes dans le pays de destination. Attention, l'établissement d'accueil

est souvent le seul à évaluer la valeur de votre diplôme.

Un conseil : commencez les démarches (attestations, traduction de diplômes...)

1 an à l'avance.

www.enic-naric.net

www.france-education-international.fr (pour le retour en France)

→ Organismes d'accompagnement

Il existe en France des organismes pouvant **vous aider à trouver un établissement à l'étranger et vous accompagner dans vos démarches**. En voici quelques uns (non exhaustif).

Australie et Nouvelle-Zélande :

■ **L'organisme "Études Australie Consulting"** vous propose un accompagnement pour trouver votre organisme de formation et étudier en Australie ou en Nouvelle-Zélande.

www.etudes-australie.com

Canada :

■ **Québec métiers d'avenir** soutient les Français dès 17 ans (et sans limite d'âge !) qui souhaitent suivre

une formation professionnelle et technique (*en français ou en anglais*) de 1 à 2 ans au Québec, grâce à un programme d'accompagnement personnalisé très complet (*portail d'information, aide à la recherche de formation et d'établissement, aide à la candidature, démarches administratives, liens avec les établissements d'accueil...*). Pour en bénéficier, les participants doivent obtenir une lettre d'admission d'un centre de formation par le biais de Québec métiers d'avenir. Grâce à une entente France-Québec, les Français sont exonérés de frais d'inscription pour la formation effectuée.

www.quebecmetiersdavenir.com

Espagne :

■ **FEEduc** (Pyrénées-Atlantiques) propose d'accompagner les jeunes Français désireux de faire des études universitaires en Espagne (*recherche d'établissements, démarches administratives, suivi de scolarité, vie quotidienne, débouchés...*).

www.feeduc.eu

Partir dans le cadre d'un programme

Partir en mobilité dans **un établissement étranger partenaire** de votre établissement français offre plus de facilités (*frais d'inscription uniquement en France, éligibilité à des aides, reconnaissance de la mobilité...*), même si les destinations et les durées d'études à l'étranger sont plus restreintes.

De nombreuses écoles et universités ont signé des accords de partenariat avec des établissements étrangers et participent à **des programmes d'échanges**, tels que le célèbre programme Erasmus+.

→ Enseignement scolaire et formation professionnelle

Plus d'informations sur les programmes dans l'onglet "Quand partir ? / Avant le bac" (p. 19)

→ Erasmus+ Enseignement supérieur

Tous les étudiants de l'enseignement supérieur, y compris ceux en alternance, peuvent obtenir une bourse Erasmus+ pour suivre une partie de leurs études en Europe et hors Europe et ce, **dès leur 2^e année d'études**. Ils peuvent partir **entre 2 et 12 mois** à l'étranger (*études et/ou stages*), par cycle d'études (*Licence, Master et Doctorat*). Cette bourse varie selon la destination et est attribuée sans condition de ressources. En Europe, elle se compose



par exemple d'une contribution mensuelle aux frais de séjour, ainsi qu'une aide pour les frais de voyage aller-retour.

Elle peut s'accompagner de compléments financiers pour les jeunes plus défavorisés et pour l'utilisation de modes de transport durables. Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

<https://agence.erasmusplus.fr>

➔ **Le numérique** étant une des priorités du programme Erasmus+ 2021-2027, une attention particulière est portée sur cette thématique. C'est pourquoi les mobilités d'études Erasmus+ peuvent se tenir sous un format hybride en combinant des **activités virtuelles** à une mobilité physique plus courte (5 à 30 jours). Aussi, plusieurs outils digitaux, comme **la carte étudiante européenne** (carte étudiante nationale augmentée d'une dimension européenne pour une reconnaissance électronique partout en Europe) et **l'appli Erasmus+**, ont été lancés pour simplifier la mobilité des étudiants.

www.erasmusapp.eu
(application Erasmus+)

<https://erasmus-plus.ec.europa.eu>
(carte étudiante européenne)

➔ **Masters conjoints Erasmus Mundus**

Il s'agit de masters internationaux où les étudiants peuvent préparer leur master **dans plusieurs pays** (au moins trois) pour obtenir un diplôme double, multiple ou conjoint. Possibilité de bourse pour leurs frais de séjour, de voyage et d'installation. Consultez le catalogue en ligne et contactez le consortium qui propose le master qui vous intéresse pour obtenir des informations sur les cours, les procédures de candidature et la disponibilité des bourses.

<https://agence.erasmusplus.fr>

<https://erasmus-plus.ec.europa.eu>

➔ **Le "Tour de France" des Compagnons du Devoir**

L'association propose désormais à ses apprenants de **moins de 25 ans** de consacrer une année obligatoire de leur "Tour de France" à l'international (en général la 4^e année). Il est également possible de participer à des mobilités plus courtes, qu'elles soient collectives ou individuelles. Les itinérants peuvent percevoir des bourses, dont celles du programme Erasmus+.

www.compagnons-du-devoir.com





Vous êtes en situation de handicap et souhaitez étudier à l'étranger ?

Le site [InclusiveMobility.eu](https://inclusivemobility.eu) recense des lieux handi-friendly et les différents niveaux d'accessibilité des universités en Europe.

<https://inclusivemobility.eu>

<https://exchangeability.eu>

→ Autres programmes bilatéraux et échanges inter-universitaires

De nombreuses écoles et universités ont signé **des accords d'échanges ou de formations en double cursus** avec des établissements à l'étranger. Certaines universités fonctionnent même en consortium, comme le MICEFA (*entente avec les États-Unis et le Canada*). Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

<http://micefa.org>



Trouver une aide financière

Pour un séjour d'études à l'étranger, les aides financières françaises sont plus nombreuses lors d'un départ encadré par un programme d'échange scolaire ou universitaire, que lors d'un départ en autonomie. Parfois, des bourses peuvent être octroyées par les autorités du pays d'accueil aux étudiants étrangers.

→ Aides des pays étrangers

Des plateformes recensent des milliers de bourses disponibles dans le monde entier.

Renseignez-vous également auprès de votre établissement d'accueil à l'étranger pour connaître les opportunités de bourses locales pour les étudiants étrangers.

www.iefa.org

www.internationalscholarships.com

www.employ-ability.org.uk

<https://education.ec.europa.eu/study-in-europe>

www.european-funding-guide.eu

www.mastersportal.com/scholarships

→ Aides européennes

Si vous partez en mobilité par l'intermédiaire de votre établissement français, le programme **Erasmus+** propose une bourse sans condition de ressources aux apprenants de l'enseignement scolaire, professionnel ou encore de l'enseignement supérieur désirant partir étudier en Europe et au-delà. La bourse Erasmus+ varie selon le pays d'accueil et le volet du programme concerné (*voir la section précédente "Partir dans le cadre d'un programme"*).

<https://agence.erasmusplus.fr>

→ L' inclusion et l'écologie

étant des priorités du programme Erasmus+ 2021-2027, des compléments financiers portant sur ces thématiques sont disponibles et cumulables !

En effet, en plus de la bourse Erasmus+, le programme prévoit **un complément financier** pour aider les personnes en situation de handicap ou concernées par une affection longue durée à couvrir les frais liés à leur situation (*suivi médical, auxiliaire de vie, hébergement ou transport spécifique...*).

Cette aide concerne aussi les boursiers de l'enseignement supérieur sur critères sociaux (échelons 6 et 7) et les personnes qui habitent dans une zone de revitalisation rurale ou dans un quartier prioritaire de la ville.

Enfin, il existe un autre complément financier auquel peuvent prétendre les bénéficiaires d'Erasmus+ : il s'agit **d'un forfait "transition écologique"** de 50 à 100 € si vous voyagez de façon éco-responsable (*en train, bus ou covoiturage*).

→ Aides nationales

Maintien de la bourse sur critères sociaux pour les étudiants (sous conditions)

■ **Dans le cadre d'un partenariat avec un établissement français :** votre bourse sur critères sociaux est maintenue durant votre séjour d'études à l'étranger.

■ **Dans le cadre d'un départ en autonomie :** les étudiants qui bénéficieraient de la bourse d'enseignement supérieur sur critères sociaux en France (à l'exception des étudiants inscrits dans des formations qui relèveraient des Ministères de la Culture et de l'Agriculture) et qui suivent des études supérieures en autonomie dans un autre pays membre du Conseil de l'Europe, peuvent **continuer à percevoir leur bourse sous conditions**.

Contactez votre Crous pour savoir si votre formation à l'étranger est éligible au maintien de la bourse sur critères sociaux.

www.etudiant.gouv.fr (rubrique Bourses sur critères sociaux)
www.crous-bordeaux.fr
www.crous-limoges.fr
www.crous-poitiers.fr
www.culture.gouv.fr
www.agriculture.gouv.fr

À noter : pour les étudiants en formations sanitaires et sociales (*infirmiers, kinésithérapeutes, éducateurs spécialisés...*), les régions sont seules compétentes dans l'attribution de bourses sur critères sociaux. En Nouvelle-Aquitaine, cette bourse est maintenue uniquement pour une mobilité internationale effectuée dans le cadre d'un programme d'échange avec un établissement néo-aquitain.
<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

Aide à la mobilité internationale / AMI (sur critères sociaux)

Les étudiants boursiers (ou bénéficiaires d'une allocation annuelle spécifique) souhaitant suivre une partie de leur formation à l'étranger dans le cadre d'un programme d'échange peuvent bénéficier d'une allocation mensuelle de 400 €.

Cette aide est versée pour des mobilités d'une durée de :

- **diplômes relevant du Ministère de l'Enseignement supérieur :**

1 à 10 mois, dans la limite de 10 mensualités (*études ou stages*) pour l'ensemble des études.

- **diplômes relevant du Ministère de la Culture :**

2 à 9 mois, dans la limite de 9 mensualités (*études ou stages*) pour l'ensemble des études.

Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

www.etudiant.gouv.fr

www.culture.gouv.fr

Aide pour les apprenants de l'enseignement agricole (bourse DGER)

Les élèves de CAP agricole, de bac général, technologique ou professionnel, ainsi que les étudiants en BTS agricole peuvent bénéficier d'une aide du Ministère de l'Agriculture pour un séjour d'études ou un stage de 28 jours minimum, que ce soit en Europe ou hors Europe. Cette aide varie entre 120 et 1 000 €, et un bonus est possible en cas d'utilisation de modes de transports doux ou en fonction du niveau de vie du pays d'accueil.

Cette aide s'intègre dans le cadre d'un programme d'échange. Une seule aide à la mobilité est possible par cycle de formation.

www.chlorofil.fr

<https://moveagri.educagri.fr>

(Réseau des élèves et étudiants qui bougent à l'étranger)

Bourses pour le Collège d'Europe

Les étudiants français admis au Collège d'Europe à Bruges (Belgique), Natolin (Pologne) ou Tirana (Albanie) pour y suivre une formation d'excellence sur les études européennes, peuvent percevoir une bourse de la part du Ministère français des Affaires étrangères, ainsi que différentes aides de la part du Collège d'Europe.

www.coleurope.eu

www.campusfrance.org

Info

Pour pallier les coûts que peuvent rencontrer les étudiants **en situation de handicap** dans le cadre de leurs études, la **Conférence des grandes écoles** propose des bourses d'aide à la mobilité internationale, financées par des entreprises partenaires.

www.cge.asso.fr

→ Aides locales

Région Nouvelle-Aquitaine : **séjours d'études à l'étranger** **post-bac**

L'aide régionale est accordée pour un séjour d'une **durée de 8 à 26 semaines** maximum par année académique, selon les modalités suivantes :

- Pour les non-boursiers : 80 €/ semaine complète de séjour
- Pour les boursiers : 100 €/ semaine complète de séjour

Une aide supplémentaire est accordée sous conditions de revenus (*bonus inclusion*) ou pour les personnes en situation de handicap.

Attention : cette aide régionale n'est pas cumulable avec la bourse Erasmus+, l'aide à la mobilité internationale (AMI) et si la participation financière au séjour d'un opérateur de compétences est supérieure ou égale à 700 €. Cette aide est attribuée, sous conditions de ressources, aux étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement ou de formation de la Région Nouvelle-Aquitaine et réalisant un séjour d'études post-bac à l'étranger dans le cadre d'un programme d'échange.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>
<https://jeunes.nouvelle-aquitaine.fr>

Département de la Charente : **bourse de mobilité internationale** **pour étudiants**

Cette aide à la mobilité est attribuée sous conditions de ressources et de domiciliation des parents dans le département. Elle intervient dans le cadre



d'un programme d'échange.
www.lacharente.fr

Département des Landes : **aide à la mobilité étudiante** **dans le cadre du programme** **Erasmus+**

Cette aide est attribuée pour un séjour d'études Erasmus+ dans l'Union européenne, sous conditions de ressources et de domiciliation de la famille depuis au moins un an dans le département.

www.land.es.fr

Département de **la Haute-Vienne :** **aide à la mobilité des** **étudiants à l'étranger**

Cette aide de 150 € par mois est attribuée, sous conditions de ressources, aux étudiants haut-viennois inscrits dans un établissement du département (*ou en dehors si la formation n'existe pas en Haute-Vienne*) pour un séjour d'études à l'étranger de minimum 3 mois. Le foyer fiscal du jeune ou de la famille doit être situé en Haute-Vienne. Cette aide intervient dans le cadre d'un programme d'échange.

www.haute-vienne.fr

Autres aides locales

Certaines intercommunalités et communes proposent des aides à la mobilité pour des séjours d'études.

N'hésitez pas à solliciter l'aide de votre référent Eurodesk local, à contacter la structure Info Jeunes la plus proche de chez vous, et/ou votre conseiller So Mobilité (voir contacts p.81 et sur le site somobilite.fr).

→ Aides par pays

Allemagne

■ **L'Office franco-allemand pour la jeunesse (OFAJ)** soutient des programmes individuels pour les collégiens et lycéens (*programmes "Sauzay" et "Voltaire"*), des rencontres scolaires, des séminaires universitaires franco-allemands pour les étudiants, des échanges en formation professionnelle et des séjours d'études pour étudiants dans le secteur artistique.

www.ofaj.org

■ **L'Office allemand d'échanges universitaires (DAAD)** propose un vaste programme de bourses pour étudiants germanistes en licence et en master, mais aussi des bourses de recherche pour doctorants et post-doctorants, des bourses de voyages d'études pour groupes d'étudiants ou encore des bourses pour cours de langue allemande.

www.daad-france.fr

■ **L'Université franco-allemande (UFA)** propose une aide à la mobilité de 350 € (*étudiants en licence ou en master*) ou 700 € (*doctorat*) pour un séjour en Allemagne dans le cadre de cursus franco-allemands mis en place par les établissements partenaires de ce réseau.

www.dfh-ufa.org/fr

■ **Le Centre Interdisciplinaire d'Etudes et de Recherches sur l'Allemagne (CIERA)** offre des aides à la mobilité vers les pays germanophones aux étudiants en sciences humaines et sociales souhaitant réaliser un séjour de recherche en Allemagne, en Autriche ou en Suisse dans le cadre de leur master 2, doctorat ou post-doctorat.

www.ciera.fr

■ **Le Centre de coopération universitaire franco-bavarois (BayFrance)** verse, dans le cadre de son dispositif **Starter-Kit Bayern-France**, une aide forfaitaire à la mobilité de 500 € et une indemnité pour les frais de voyage jusqu'à 450 €, aux étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur français et souhaitant effectuer un séjour d'études dans un établissement d'enseignement supérieur bavarois. La durée minimale de mobilité est fixée à 4 mois.

www.bayern-france.org

Autriche

■ **Scholarships.at** est une base de données qui recense les bourses d'études disponibles pour les étudiants internationaux. Elle offre notamment la possibilité de filtrer les résultats par nationalité et domaine d'études.

www.scholarships.at

Espagne

■ **L'association Diálogo** en collaboration avec l'Ambassade d'Espagne en France propose "**Bourse Avenir**" : une aide qui récompense l'excellence académique. Elle s'adresse aux étudiants français et franco-espagnols qui résident en France et qui veulent faire leur master ou doctorat dans une université située en Espagne.

<https://dialogo.es>

■ Une bourse est proposée par **l'Eurorégion Nouvelle-Aquitaine / Euskadi / Navarre** aux étudiants et doctorants de ces trois territoires et souhaitant effectuer un séjour d'études ou de recherche dans l'un d'entre eux. L'aide financière de 300 € par mois est attribuée pendant 5 mois maximum et est versée sans condition de ressources. Il est nécessaire d'être inscrit dans certaines universités néo-aquitaines pour en bénéficier.

www.euroregion-naen.eu

Pays-Bas

■ **Le site Studyinholland** permet aux étudiants désireux de vivre un séjour d'études aux Pays-Bas de trouver un programme ou une bourse d'études.

www.studyinholland.nl

Royaume-Uni

■ **Le British Council et le cabinet Herbert Smith Freehills** proposent une bourse d'études "Entente Cordiale - Herbert Smith Freehills - Cercle Montesquieu" de 10 000 € aux étudiants français en droit désireux de suivre un programme de master LLM au Royaume-Uni.

■ En partenariat avec le gouvernement britannique et les universités participantes, le British Council propose aussi des **bourses GREAT** de minimum **10,000€** à onze étudiants français souhaitant effectuer un master au Royaume-Uni (*ouvertes à diverses disciplines*).

www.britishcouncil.fr



*Pour trouver une bourse au Royaume-Uni, jetez un œil à la liste des bourses d'études disponibles sur **UCAS**. Vous pouvez aussi consulter **Study UK**, le moteur de recherche du British Council pour voir les bourses qui correspondent à votre profil.*

www.ucas.com
study-uk.britishcouncil.org

Canada (Québec)

■ **La France et le Gouvernement du Québec** ont conclu un accord pour que les jeunes français soient **exemptés des droits de scolarité en formation professionnelle dans un établissement québécois**. Il faut être de nationalité française, avoir au moins 17 ans et pouvoir subvenir à ses besoins sur place.

www.quebec.ca/education

■ **Québec métiers d'avenir** (voir p. 23) :
L'Office franco-québécois pour la jeunesse (OFQJ) et PVTistes.net,

partenaires de Québec Métiers d'avenir, peuvent prendre en charge les frais de dossier d'accompagnement au dispositif.

www.quebecmetiersdavenir.com

www.ofqj.org

www.pvtistes.net

■ **L'OFQJ** accorde par ailleurs une aide financière de 300 € pour les jeunes partant en formation professionnelle diplômante au Québec.

www.ofqj.org

■ Les Français sont éligibles à des bourses d'excellence du **Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur québécois (MEES)** pour les élèves et étudiants internationaux en formation collégiale technique, au niveau universitaire et en formation professionnelle.

www.quebec.ca/education

■ L'accord entre la France et le Gouvernement du Québec prévoit des **tarifs réduits sur certains frais d'inscription.**

• **formation supérieure 1^{er} cycle :** tarif canadien non résident du Québec

• **formation supérieure 2^e ou de 3^e cycle (maîtrise et doctorat), formation collégiale technique, formation collégiale préuniversitaire, formation professionnelle :** tarif québécois
www.quebec.ca/education

■ Depuis la rentrée 2023, le Ministère québécois de l'Enseignement supérieur propose, sous conditions, des exemptions partielles de frais d'inscription pour les étudiants étrangers inscrits dans un établissement universitaire au collégial **en dehors du territoire de la Communauté métropolitaine de Montréal.**

www.quebec.ca/education



Canada (toutes provinces)

■ Le programme de bourses d'études supérieures du Canada

Vanier (BESC Vanier) encourage les étudiants brillants, dont le domaine de recherche porte sur la santé, les sciences humaines ou naturelles, à effectuer leur doctorat dans un établissement canadien en leur attribuant des bourses de 50 000 \$ CA par an, pendant 3 ans.

<https://vanier.gc.ca>

États-Unis

■ **La Commission franco-américaine Fulbright** permet aux étudiants français de bénéficier d'aides pour participer à un de ses programmes d'études (niveau master ou doctorat).

Une candidature suffit pour postuler à plusieurs bourses. Toutefois, il vous appartient d'effectuer parallèlement les démarches d'admission auprès des universités américaines.

■ **Les Centres EducationUSA**, dont Fulbright France, proposent également une base de données d'aides financières, ainsi que des conseils et des ressources, pour partir étudier dans un établissement supérieur américain.

<https://fulbright-france.org>

<https://educationusa.state.gov>

■ **Des bourses pour athlètes de haut niveau** permettent de faire un Bachelor's aux États-Unis. Leur montant, variable selon l'université, peut atteindre

30 000 \$ par an, mais ne couvre pas toujours la totalité des frais.

www.fulbright-france.org

■ **Près de 1 000 universités américaines** proposent des aides financières (*bourse ou exonération des frais de scolarité*) aux étudiants internationaux qui souhaitent faire tout un cursus aux États-Unis.

www.youarewelcomehereusa.org

www.usf.edu

■ **Grâce au Florida-France linkage institute**, un accord permet à des étudiants de nationalité française de bénéficier de prix réduits sur les frais d'inscription pour un diplôme effectué dans une université de Floride (*tarif "résident"*).

Chine

■ L'Institut Confucius

propose des bourses d'études aux Français qui souhaitent étudier en Chine (*langue chinoise, littérature, histoire, philosophie chinoise, médecine traditionnelle chinoise, Taiji*).

Ces bourses s'étendent sur une durée de 4 mois à 2 ans.

www.institutconfucius.fr

Taïwan

■ **Le ministère de l'Éducation de Taïwan** offre des bourses à des étudiants français qui souhaitent apprendre le mandarin dans un centre de langue chinoise agréé de Taïwan pour une durée de 3, 6 ou 9 mois. Il propose aussi des bourses d'études aux Français désireux de poursuivre

des études supérieures en mandarin ou en anglais dans une université taïwanaise.

Japon

■ **La Fondation pour l'étude de la langue et de la civilisation japonaises** attribue des bourses de mobilité à des étudiants en 3^e année de licence ou en master de langue japonaise dans le cadre d'un séjour linguistique au Japon.
www.fondationdefrance.org

→ **Aides d'associations et de fondations privées**

Pour encourager les jeunes talents, certaines associations et fondations privées proposent des bourses et aides aux étudiants ayant un projet en lien avec les objectifs du donateur.
www.fondationdefrance.org
<https://fondationdelavocation.org>
<https://fundit.fr>
www.fondationmartineaublet.fr

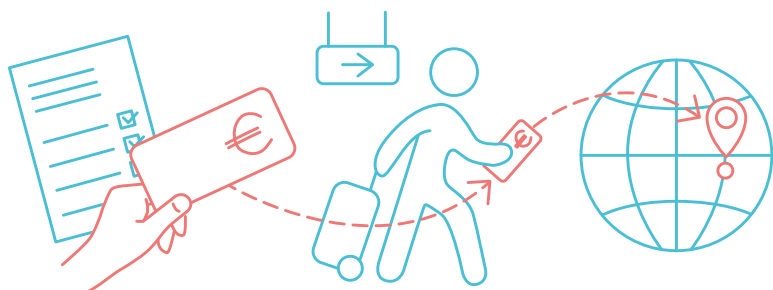
■ **La Fondation du Rotary** propose des bourses d'études pour un master ou certificat professionnel dans les secteurs

de la paix et de la résolution des conflits dans 6 universités partenaires. **Les clubs ou districts Rotary** locaux peuvent également proposer des bourses d'études universitaires.

www.rotary.org
www.rotary1510.org
(département 79 : district 1510)
www.rotary-1690.org
(départements 16-17-33-40-47-64 : district 1690)
www.rotary1720.org
(département 86 : district 1720)
d1740.polaris.rotary.fr
(départements 19-23-24-87 : district 1740)

■ **Aide de la Fondation Pierre Ledoux - Jeunesse internationale**

La fondation propose, sous conditions, une aide financière aux étudiants de nationalité française inscrits (*notamment*) en IUT et souhaitant effectuer un séjour dans un pays émergent. Renseignez-vous auprès de votre établissement d'enseignement.
www.fondationdefrance.org



Trouver un stage

Un peu de recherche et d'organisation, un CV bien travaillé et des adresses utiles, voilà la recette gagnante pour vivre une belle expérience de stage à l'étranger !

Réglementation

En France, un stage s'inscrit généralement dans une formation en lien avec un diplôme.

Des conventions de stage hors formation peuvent aussi être fournies par des organismes spécialisés.

À l'étranger, il équivaut davantage à une courte période de travail, rarement rémunérée.

Chaque pays ayant sa propre définition du stage, informez-vous sur la pratique ayant cours dans la destination choisie.

→ Convention de stage

En France, un stage est formalisé par la signature d'une convention tripartite entre l'entreprise, l'établissement d'enseignement et le stagiaire. À l'étranger, cette convention n'a pas de valeur juridique et n'est donc pas obligatoire. Veillez cependant à l'expliquer et à la valider avec votre entreprise ou organisme d'accueil car elle peut vous permettre de continuer à bénéficier de la sécurité sociale en France et d'être couvert en cas d'accident du travail. Si vous partez faire un stage à l'étranger sans convention, pensez toutefois à demander un écrit stipulant vos conditions de stage : horaires, lieu, avantages éventuels...

www.onisep.fr (rubrique Après le bac / Partir à l'étranger / Stages à l'étranger)
<https://eduscol.education.fr>

→ Conditions de travail

Gardez à l'esprit que les conditions de stage (*temps de travail, congés, rémunération...*) dans un pays étranger seront différentes de celles que vous connaissez en France.

www.euroguidance-france.org

COMMENT CHERCHER UN STAGE ?

Zoom



6 conseils pour optimiser vos recherches

1. **Commencez les démarches environ 6 mois à l'avance** (surtout pour les destinations hors Europe nécessitant un visa).
2. **Faites le point** sur vos compétences et objectifs.
3. **Informez-vous** sur la situation économique, les entreprises et la culture du pays.
4. **Testez votre niveau linguistique** et commencez à le renforcer avant de partir.
5. **Adaptez votre CV et votre lettre de motivation** à la langue et aux pratiques du pays.
6. **Personnalisez vos candidatures** en cherchant le nom des directions ou des ressources humaines et n'hésitez pas à faire des relances.

→ Envoyer des candidatures spontanées

Commencez par contacter le service des relations internationales ou le bureau des stages de votre établissement. S'il n'a pas d'offres à vous proposer, votre établissement a peut-être un listing d'entreprises à vous communiquer. Pensez aussi à postuler auprès d'entreprises françaises implantées à l'étranger, d'entreprises étrangères ayant des filiales en France et d'entreprises locales du pays choisi.

www.ccifrance-international.org
www.europages.fr
www.wayp.com
www.artisanat.fr



Plus d'infos
dans nos brochures
Eurodesk !



Vous suivez des études dans le domaine agricole ?
Le site <https://moveagri.educagri.fr> vous donne quelques pistes.

→ Répondre à des offres sur des sites spécialisés

Consultez régulièrement les sites d'offres et postulez directement en ligne.

<https://erasmusintern.org>
www.aidostage.com
www.iagora.com
www.iquesta.com
<http://jobs-stages.letudiant.fr>
www.1jeune1solution.gouv.fr
<https://eures.europa.eu> (portail EURES, offres de stage en Europe)
www.ee-francoallemand.com/fr (plateforme franco-allemande)
<https://trouveunstage.com> (stages au Québec)
www.pass.fonction-publique.gouv.fr (stages dans les services publics français à l'étranger)

→ Faire un stage dans une institution européenne ou une organisation internationale

Si vous êtes étudiant ou jeune diplômé, maîtrisez l'anglais et avez des compétences spécifiques (logistique, interprétariat, droits de l'homme, économie...), **tentez votre chance !**

<https://eu-careers.europa.eu>
www.diplomatie.gouv.fr
www.oecd.org
www.unesco.org
<https://careers.un.org>
<https://unric.org>
www.imf.org
www.worldbank.org
<https://projetseuropeens.com> (offres de stages dans le domaine des projets européens)

→ Opter pour un stage "clés en main"

Des agences proposent de faire vos recherches de stage et de logement à votre place moyennant une certaine somme. Avant de signer, examinez attentivement les conditions (*clauses, tarifs, remboursement...*).

www.loffice.org

www.unosel.org

www.aupaysdeslangues.fr



Comment savoir si un organisme qui propose des stages "clés en main" est fiable ?

Voici quelques critères utiles :

- À l'inscription, ne versez que 20 à 30 % du prix demandé.
- Exigez que l'on vous remette un contrat listant l'ensemble des conditions.
- N'effectuez pas de paiement à distance sans contrat signé au préalable.
- Préférez un organisme agréé, situé en France, donc soumis au droit français.

Partir dans le cadre d'un programme

→ Erasmus+

Enseignement supérieur

Les étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur (*BTS, BUT, licence, master, doctorat*) peuvent effectuer un **stage de 2 à 12 mois**, dès la première année d'études, dans l'un des 33 pays participant au programme (*au cours ou à la fin du cursus*) et bénéficier d'une bourse. Cette dernière varie selon la destination et est attribuée sans condition de ressources. En Europe, elle se compose par exemple d'une contribution mensuelle aux frais de séjour, ainsi qu'une aide pour les frais de voyage aller-retour. Erasmus+ prévoit aussi un complément "inclusion" de 250 € pour soutenir les jeunes moins favorisés, habitant en zones rurales, en QPV, ou ayant des problèmes de santé.

Pour obtenir les informations et procéder à une demande, contactez le service des relations internationales de votre établissement, qui peut vous guider sur les démarches et les conditions spécifiques.

<https://agence.erasmusplus.fr>

Les stages Erasmus+

peuvent aussi se tenir sous format hybride en combinant des activités virtuelles à une mobilité physique plus courte (*5 à 30 jours*) dans le pays d'accueil.

<https://agence.erasmusplus.fr>

→ Erasmus+ Formation professionnelle

> **Les élèves et apprentis** de la voie professionnelle (*secondaire*) peuvent obtenir une bourse pour effectuer un **stage en Europe de 10 jours à 12 mois**. Une bourse est prévue pour les frais de voyage, d'hébergement et de restauration. Son montant varie selon le pays et la durée de la mobilité. Informez-vous auprès de votre établissement ou centre de formation.
<https://agence.erasmusplus.fr>

> Les stagiaires de la formation professionnelle, les salariés dans le cadre d'une action de formation continue, les demandeurs d'emploi, les personnes en insertion sociale ou professionnelle, sans limite d'âge ni conditions de diplôme, **peuvent partir en stage en Europe de 2 jours à 1 an**. Contactez votre conseiller Mission Locale ou France Travail. Si vous êtes salarié, rendez-vous sur votre CPF pour vérifier les options de financement disponibles et les conditions d'éligibilité.
<https://agence.erasmusplus.fr>
www.moncompteformation.gouv.fr

Info

Vous êtes apprenti ou récemment diplômé d'un CFA ?

Vérifiez que votre centre de formation soit partenaire de Movil'App et partez faire un stage en entreprise ou un stage d'observation en Europe ! Movil'App est un projet financé par Erasmus+. Contactez votre centre de formation pour obtenir les informations sur les partenariats et les démarches à suivre.
www.cci.fr



Vous avez entre 16 et 30 ans et vous vous apprêtez à faire un stage, un volontariat ou un job en Allemagne ? Découvrez Parkur ! Cette plateforme de l'OFAJ vous permettra d'apprendre l'allemand et de préparer vos premiers jours dans votre pays d'accueil : vous y trouverez des ressources pour acquérir des bases en langue allemande, ainsi que des informations pratiques pour faciliter votre intégration en Allemagne. L'inscription est gratuite !
www.ofaj.org

• **Un Tremplin pour l'emploi ! (Stages Erasmus+ avec France Travail) : les demandeurs d'emploi**, sans limite d'âge ni conditions de diplôme, peuvent bénéficier d'une immersion linguistique et professionnelle dans une structure d'accueil dans l'Espace économique européen. Ce dispositif, financé par l'Union européenne, est ouvert dans 32 pays d'Europe. Le programme intègre une préparation au départ, un **stage de 2 à 6 mois** dans l'un des pays participant au programme Erasmus+, un accompagnement par un conseiller France Travail, le maintien de l'indemnisation du chômage (*si éligible*), des aides financières pour couvrir les frais de déplacement et d'hébergement,

une assurance rapatriement et responsabilité civile, ainsi qu'un soutien linguistique et la délivrance de l'Europass Mobilité. Pour en avoir plus et vérifier votre éligibilité, contactez votre conseiller France Travail.

www.francetravail.fr (rubrique *Mobilité internationale*)
<https://www.francetravail.fr/region/nouvelle-aquitaine/candidat/mobilite-internationale/tremplin-mobilite-internationale.html>

- **Erasmus+ OUAT (jeunes inscrits en Mission Locale) :** "OUAT" est un dispositif cofinancé par Erasmus+ et mis en œuvre par certaines Missions Locales. Il permet de partir en **stage "clés en main" en Europe durant 13 semaines**. Vous pouvez réaliser jusqu'à **quatre stages différents** dans des structures publiques ou privées. Le programme finance les frais de transport, l'hébergement, des cours de langue en ligne et le suivi durant la mission. Les frais de nourriture et les dépenses personnelles sont à votre charge. Une participation d'environ 50 € peut vous être demandée. Pour y participer, vous devez être inscrit à une Mission Locale partenaire du dispositif. Contactez votre conseiller Mission Locale pour obtenir plus d'informations et vérifier votre éligibilité.

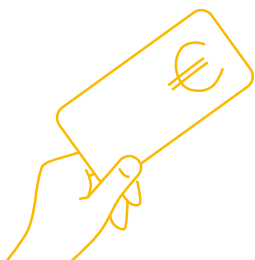
- **Erasmus+ Why not (jeunes inscrits en Mission Locale) :**

Ce dispositif, cofinancé par Erasmus+ et mis en œuvre par certaines Missions Locales, permet aux jeunes bénéficiaires d'effectuer **un stage d'observation de 3 semaines** dans quelques pays de l'UE. Le plus du programme : **des cours de langue** sont proposés en présentiel pendant le stage ! Les départs se font en petits groupes de 15 personnes. Le programme prend en charge les frais de séjour. Contactez votre conseiller Mission Locale pour obtenir plus d'informations et vérifier votre éligibilité.

- **Stages Erasmus+ avec l'INSUP :**

en Nouvelle-Aquitaine, les jeunes diplômés de niveau CAP, BEP ou bac, et inscrits en tant que demandeurs d'emploi, peuvent prétendre à **une mobilité de stage de 3 à 6 mois en Europe** encadrée par l'INSUP et cofinancée par le programme Erasmus+. L'INSUP vous accompagne avant, pendant et à l'issue du stage. Un niveau de langue A2/B1 minimum est requis.

Tous les ans au mois d'octobre, **le programme européen Erasmus+** vous donne rendez-vous pour fêter les #ErasmusDays ! Rejoignez les festivités en participant aux activités et/ou en créant la vôtre.
www.erasmusdays.eu



→ **Fondation Culture & Diversité : voyager pour apprendre les métiers d'art**

Ce programme permet aux étudiants boursiers en 2^e année de Diplôme des Métiers d'Art (DMA) de faire un **stage de 4 mois** chez des artisans d'art en France ou dans un pays en développement. Les candidats sont sélectionnés sur dossier et entretien. Pour plus d'informations sur les critères d'éligibilité et le processus de candidature, consultez les ressources fournies par la Fondation.

www.fondationcultureetdiversite.org

Trouver une aide financière

→ **Aides nationales**

Aide à la mobilité internationale / AMI (sur critères sociaux)

Les étudiants boursiers (*ou bénéficiaires d'une allocation ponctuelle ou annuelle spécifique*) souhaitant effectuer un stage à l'étranger dans le cadre de leur formation peuvent bénéficier d'une allocation mensuelle de 400 €.

Cette aide est versée pour des mobilités d'une durée de :

> diplômes relevant du Ministère de l'Enseignement supérieur :

1 à 10 mois, dans la limite de 10 mensualités (*études ou stages*) pour l'ensemble des études.

> diplômes relevant du Ministère de la Culture : 2 à 9 mois, dans la

limite de 9 mensualités (*études ou stages*) pour l'ensemble des études.

Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

www.etudiant.gouv.fr

www.culture.gouv.fr

Fonds de solidarité et de développement des initiatives étudiantes (FSDIE)

Les étudiants désirant faire un stage à l'étranger et ayant peu de ressources financières peuvent contacter le service de la vie étudiante de leur université pour demander un soutien financier. En fonction de la situation, les universités peuvent offrir des aides spécifiques ou orienter les étudiants vers des dispositifs de financement existants, comme des bourses de mobilité, des aides à la mobilité Erasmus+, ou des aides spécifiques à destination des étudiants en situation de précarité.

Contactez le service de la vie étudiante de votre établissement pour connaître les options disponibles et les démarches à suivre.

Aides pour les apprenants de l'enseignement agricole

> Bourses DGER (Direction générale de l'enseignement et de la recherche) : les élèves de CAP agricole, de bac général, technologique ou professionnel, ainsi que les étudiants en BTS agricole peuvent bénéficier d'une aide du Ministère de l'Agriculture pour un stage ou un séjour d'études **d'au moins**

28 jours consécutifs en Europe ou hors Europe, sans condition de ressources. Cette aide varie entre 120 et 1 000 € en fonction des destinations et des autres cofinancements, et un **bonus** est possible en cas d'utilisation de **modes de transports doux**. Une seule aide à la mobilité est possible par cycle de formation.

> Aide pour les étudiants ou apprentis du supérieur :

les étudiants ou apprentis en cursus d'ingénieur, vétérinaire, paysagiste ou en master des métiers de l'enseignement, qui auront été sélectionnés par leur établissement, peuvent recevoir une aide forfaitaire de 400 € pour un stage **d'au moins 6 semaines** à l'étranger.

<https://moveagri.educagri.fr>
(Réseau des élèves et étudiants qui bougent à l'étranger)
www.chlorofil.fr

→ Les aides régionales

La Région Nouvelle-Aquitaine poursuit son soutien à la mobilité internationale des jeunes.

Stages à l'étranger infra-bac :

Stage professionnel à l'étranger pour les jeunes (*lycéens, apprentis et stagiaires de la formation professionnelle*) inscrits dans un établissement d'enseignement ou auprès d'un organisme de formation de la Région Nouvelle-Aquitaine. Les bénéficiaires doivent avoir moins de 31 ans au début du stage. L'aide n'est pas cumulable avec une autre aide régionale, un financement OPCO ou Erasmus+, sauf dérogation pour certains cas

(*boursiers, apprentis ou stagiaires sans financement OPCO*).

Durée du stage :

- > stage d'une durée **de 2 à 4 semaines** pour les jeunes bénéficiant d'un financement Erasmus+ pour la même mobilité ;
- > stage d'une durée **minimum de 2 semaines** pour les jeunes ne bénéficiant pas d'un financement Erasmus+ pour le même stage.

Aide financière : l'aide forfaitaire au séjour s'élève à 80 € par semaine de stage, portée à 100 € pour les élèves boursiers, les apprentis et les stagiaires de la formation professionnelle. Les frais de transport ne sont pas inclus. Une prise en charge des frais supplémentaires liés au déplacement dans le cadre du séjour pour les apprenants en situation de handicap est possible dans la limite de 1 000 € par séjour (*hors taxi*). La demande doit être effectuée avant le départ et validée par l'établissement sur la plateforme régionale.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

Stage à l'étranger post-bac :

Stage de 2 à 26 semaines

pour les jeunes inscrits dans un établissement d'enseignement ou de formation (*initiale ou continue*) de la Région Nouvelle-Aquitaine, jusqu'au niveau Master 2.

Les bénéficiaires doivent avoir moins de 31 ans au début du stage. L'aide n'est pas cumulable avec une autre aide régionale, l'AMI, la bourse Erasmus+ ou un financement OPCO pour le même stage.

Aide financière : les jeunes boursiers perçoivent une aide

forfaitaire au séjour de 100 € par semaine de stage, portée à 110 € pour les apprenants boursiers si le Revenu Fiscal de Référence est inférieur à 30 000 € (*bonus inclusion*). Les jeunes non boursiers perçoivent une aide forfaitaire au séjour de 80 € par semaine de stage, portée à 100 € pour les apprenants boursiers si le Revenu Fiscal de Référence est inférieur à 30 000 € (*bonus inclusion*). Les frais de transport ne sont pas inclus. Une prise en charge des frais supplémentaires liés au déplacement dans le cadre du séjour (*hors taxi*) pour les apprenants en situation de handicap est possible dans la limite de 1 000 € par stage, déduction faite des financements spécifiques obtenus ailleurs. La demande doit être effectuée avant le départ et validée par l'établissement sur la plateforme régionale.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

Mobilité internationale via les FCIL (Formations Complémentaires à l'International)

Les **Formations Complémentaires à l'International (FCIL)** permettent aux jeunes diplômés de bac professionnel, mention complémentaire ou BTS de réaliser un stage de **six mois minimum en Europe**, dans le cadre d'une formation certifiée et encadrée par leur lycée. Financé par **Erasmus+** et la **Région Nouvelle-Aquitaine**, ce programme inclut une préparation pédagogique, linguistique et culturelle, ainsi qu'un suivi pendant et après la mobilité. Des formations comme **FCIL AQUITAPRO** (Bordeaux) et **FCIL EMVOLPRO**

(Cognac) offrent aux participants l'opportunité d'acquérir des compétences dans un environnement international, facilitant leur insertion professionnelle. Une troisième formation est prévue dans l'académie de Limoges. Les stagiaires bénéficient d'un soutien financier comprenant une bourse régionale, un forfait voyage Erasmus+ et une bourse ajustée au coût de la vie du pays d'accueil.

<https://jeunes.nouvelle-aquitaine.fr>

Erasmus+ Stage infra-bac (apprentis) : Stage de 2 semaines à 6 mois, dans un pays participant au programme Erasmus+, pour tout apprenti de niveau CAP/BEP et de baccalauréat, ou apprenti jeune diplômé (*maximum 12 mois après l'obtention du diplôme*), inscrit dans un établissement d'enseignement et de formation professionnelle de la Région Nouvelle-Aquitaine et faisant partie du Consortium régional durant l'année de mobilité. Le montant de la bourse varie selon la destination et la durée du stage. Il est défini chaque année par la Commission permanente du Conseil régional de Nouvelle-Aquitaine, en fonction de ces deux critères. Des aides sont disponibles pour les frais de voyage et de séjour, avec des montants différents pour les jeunes boursiers, les apprentis et les stagiaires de la formation professionnelle. Des bonifications peuvent également être accordées pour favoriser l'inclusion et l'utilisation de transports écoresponsables.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

NOTA BENE : Il convient de vérifier auprès de votre établissement de formation qu'il fait partie du consortium régional ERASMUS+ STAGE APPRENTIS avant de créer votre dossier.

Erasmus+ Stage Enseignement supérieur (consortium régional) :

Stage de 2 à 12 mois, dans un pays participant au programme Erasmus+, pour tout étudiant inscrit dans un établissement d'enseignement supérieur de la Région Nouvelle-Aquitaine et faisant partie du Consortium régional durant l'année de mobilité, de la 1^{ère} à la 5^e année (*toutes disciplines universitaires et tous niveaux*).

Tout type de structure d'accueil est accepté, **sauf** : institutions européennes, agences nationales Erasmus+, représentations diplomatiques du pays d'origine et stages de recherche fondamentale en université. Le montant de la bourse comprend une **allocation au séjour** et une **contribution au voyage** (*selon la distance et le moyen de transport utilisé*). La bourse varie selon la destination du stage et la durée de la mobilité, et est fixée annuellement par la **Commission permanente du Conseil régional de Nouvelle-Aquitaine**. Un **bonus Inclusion** de 250 € par mois peut être accordé aux étudiants ayant moins d'opportunités.

Ces bourses **ne sont pas cumulables** avec d'autres aides régionales pour le même stage.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

Stages jeunes demandeurs d'emploi (stages "Bagages") :

Le dispositif **Bagages**, financé par la Région Nouvelle-Aquitaine et Erasmus+, est mis en œuvre par les agences France Travail et les Missions Locales en Nouvelle-Aquitaine.

Il s'agit d'un **stage professionnel de 3 mois** (*ou 6 mois plus exceptionnellement*) à effectuer dans l'Union européenne, destiné aux jeunes demandeurs d'emploi de **18 à 30 ans** domiciliés en Nouvelle-Aquitaine et dont le projet a été validé par un conseiller France Travail et/ou Mission Locale en région.

Une priorité est donnée aux jeunes de niveau Bac et infra Bac. Les stagiaires de niveau Master ou plus ne sont pas prioritaires. Il s'agit d'un stage "clés en main", c'est-à-dire que le placement dans la structure d'accueil est organisé dans le cadre du dispositif.

Les jeunes perçoivent une aide forfaitaire de 900 € (*pour 3 mois*) ou de 1 900 € (*pour 6 mois*), et leurs frais de transport (*maximum 450 €*) et d'hébergement sont pris en charge. Pour les **stagiaires en situation de handicap**, des frais supplémentaires liés au déplacement et au séjour peuvent éventuellement être pris en charge.

Renseignez-vous auprès de votre agence France Travail ou de votre Mission Locale de proximité.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

→ Les aides départementales

Certains départements du territoire néo-aquitain **proposent des bourses de mobilité internationale** aux élèves, étudiants et des prêts d'honneur, cumulables avec les aides européennes, nationales ou régionales :

Charente : www.lacharente.fr
Bourse de mobilité internationale (étudiants)

Haute-Vienne :
www.haute-vienne.fr
Aide à la mobilité des étudiants à l'étranger

→ Les aides locales

Stages "L'Année autrement" - MFR du Bergeracois

La MFR du Bergeracois propose de réaliser **un stage d'immersion en entreprise (hors cursus) de 6 mois en Europe**, cofinancé par le programme Erasmus+. Ce dispositif est reconnu par France Travail, les Missions Locales et l'Union nationale des MFR. Il s'adresse aux personnes de plus de 18 ans résidant en France. Le programme inclut un financement pour le séjour, mais une contribution personnelle de minimum 500 € est demandée aux participants.

<https://mfrdu-bergeracois.fr/mobilite-a-letranger/> (Rubrique Mobilité à l'étranger)

Autres aides locales

Certaines intercommunalités et communes peuvent proposer des aides à la mobilité pour des stages à l'étranger.

→ Autres aides

Programme de mobilité ciblée EURES TMS - Targeted Mobility

Ce programme offre aux demandeurs d'emploi un ensemble de services spécialisés pour trouver un stage de plus de 3 mois dans un autre pays de l'UE, en Norvège ou en Islande. Il offre aussi un soutien financier pour couvrir les frais de transport, d'installation, des cours de langue et une allocation de subsistance.

www.francetravail.fr/international
https://eures.europa.eu/eures-services/eures-targeted-mobility-scheme_fr

ALLEMAGNE - ProTandem

Ce dispositif permet **aux élèves de lycée professionnel/technologique ou aux apprentis en CFA de partir en stage de 3 semaines en Allemagne** avec un groupe de Français et d'Allemands qui effectuent une formation similaire.

La première semaine propose de découvrir la ville et de suivre des cours de langue. Les deux dernières semaines constituent l'immersion professionnelle en entreprise. Un accompagnateur linguistique est présent pendant l'échange. Le programme prend en charge tous les frais de séjour.

www.protandem.org

ALLEMAGNE - Bourses de l'Office franco-allemand pour la Jeunesse (OFAJ)

> Stage pendant les études ou la formation

Aide financière de 300 € par mois (+ forfait pour frais de voyage) proposée dans le cadre d'un stage obligatoire à effectuer durant les études supérieures (universités, classes préparatoires, universités, écoles d'ingénieurs, grandes

écoles...) ou pendant une formation professionnelle/technologique/agricole (*CAP, Bac pro, Bac technologique, BTS, DMA, DSAA, DNMADE*).

Cette bourse est attribuée sous conditions aux jeunes avec moins d'opportunités et est conditionnée au suivi d'un stage dans un organisme allemand. L'aide est versée sur une durée de 3 semaines à 3 mois maximum, et est cumulable avec d'autres bourses ou rémunération de stage dans la limite de 1 200 € par mois. Un rapport de stage et un certificat de stage sont demandés à la fin du stage.

Info

Engagé auprès d'un CROUS ou d'une organisation étudiante ?

Vous avez la possibilité de faire un stage dans un Studierendenwerk, l'équivalent du CROUS en Allemagne.

> Stage dans l'enseignement

Les étudiants âgés de 18 à 30 ans inscrits dans une formation pour les métiers de l'enseignement de niveau licence, master ou en tant que professeur stagiaire, peuvent bénéficier d'une bourse de 300 € par mois (+ forfait pour frais de voyage) pour **3 mois maximum**, afin d'effectuer un stage dans un établissement d'enseignement allemand. Cette bourse est

attribuée sous conditions aux jeunes avec moins d'opportunités, et est cumulable **avec d'autres aides**, comme Erasmus+, dans la limite de 1 200 €/mois. Un rapport de stage et un certificat de stage sont demandés à la fin du stage.

> Stage hors cursus (PRAXES)

Les bacheliers, jeunes diplômés, demandeurs d'emploi ou jeunes en réorientation **âgés de 18 à 35 ans** qui souhaitent effectuer un stage **de 1 à 6 mois en Allemagne**, de façon indépendante et volontaire, peuvent bénéficier de l'aide de l'OFAJ pour trouver leur stage, obtenir une convention de stage bilingue et une assurance complémentaire. Une bourse de 500 € est prévue pour les participants ayant besoin d'un soutien particulier. Les participants doivent avoir des notions de base en allemand. Si vous résidez en France, votre stage doit impérativement se dérouler en Allemagne. Les structures franco-allemandes situées dans un autre pays ne sont pas éligibles.

En savoir plus sur www.ofaj.org

ALLEMAGNE - Aide à la mobilité René Lasserre (CIERA)

Cette aide de 650 € par mois (**3 mois maximum, non renouvelable**) s'adresse aux étudiants en master de sciences humaines et sociales inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur français qui effectuent un stage dans une institution ou entreprise allemande ou germanophone (*Autriche, Suisse*). Cette aide est accessible aux étudiants ayant un bon niveau d'allemand ou d'anglais et est soumise à des conditions

de candidature spécifiques, avec des sessions de dépôt de dossier organisées deux fois par an.

www.ciera.fr

ALLEMAGNE - Aide "Starter-Kit Bayern-France" (Centre de coopération universitaire franco-bavarois / BayFrance)

BayFrance verse une aide forfaitaire à la mobilité de 500 € (indépendante de la durée du séjour), ainsi qu'une indemnité forfaitaire pour les frais de voyage pouvant aller jusqu'à 450 €, pour les étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur français et souhaitant effectuer un stage de recherche de **minimum un mois** dans un établissement d'enseignement supérieur ou un organisme de recherche en Bavière. Les stages en entreprise ne sont pas éligibles, seuls les stages académiques ou de recherche sont concernés par cette aide. La bourse peut être cumulée avec d'autres aides financières.

www.bayern-france.org

ALLEMAGNE - Aide à la mobilité de l'Université franco-allemande (UFA)

Il s'agit d'une aide de 350 € par mois qui est proposée, sous conditions, aux étudiants de l'UFA qui effectuent un stage obligatoire dans un autre pays. Cette aide est versée jusqu'à **10 mois maximum** par année universitaire, sous réserve des validations nécessaires par le responsable de programme et dans les limites fixées par l'UFA.

www.dfh-ufa.org/fr

CANADA - Bourses de l'Office franco-québécois pour la jeunesse (OFQJ)

> Stage lié aux études

Les élèves et étudiants de la formation technique et professionnelle qui souhaitent réaliser un **stage de 1 à 12 mois** dans leur domaine de formation au sein d'une entreprise ou d'une institution québécoise peuvent, sous conditions, bénéficier d'une bourse de 200 €, pouvant être portée à 300 € pour certaines formations professionnelles spécifiques. Le montant total de cette aide financière est versé en une seule fois, avant le départ. Elle est cumulable avec d'autres aides, et l'obtention d'un permis de travail "Stage Coop International" est indispensable pour pouvoir effectuer ce stage.

> Stage étudiant en hôtellerie-restauration

L'OFQJ dispose d'un partenariat avec l'Institut de Tourisme et d'Hôtellerie du Québec (ITHQ). **Les jeunes de 18 à 35 ans**, inscrits dans un programme d'études en tourisme, hôtellerie et restauration souhaitant réaliser un stage de fin d'études de **3 à 6 mois** au Canada pendant leur scolarité peuvent bénéficier d'une bourse de stage de 800 \$ CA par mois versés par l'employeur, et de plusieurs prises en charge (*repas sur le lieu de travail, logement, déplacements sur place*). Les jeunes peuvent également obtenir l'aide financière de 200 € pour un stage lié aux études de l'OFQJ.

> Stage de perfectionnement (pour demandeurs d'emploi)

Ce dispositif permet aux demandeurs d'emploi, aux personnes en formation professionnelle continue ou aux

jeunes suivis en Mission Locale de nationalité française et **âgés de 18 à 35 ans** de réaliser une mission en entreprise de **2 à 6 mois** au Canada, dans tous les domaines d'activité et pour tous les niveaux de qualification. Ce programme permet de conserver vos allocations chômage (*si éligible*) ou de bénéficier d'éventuelles aides financières. Depuis 2020, l'OFQJ propose des **"téléstages"** d'une durée de 3 mois, réalisables en télétravail depuis la France.

En savoir plus sur www.ofqj.org



Une convention entre l'OFQJ et la Région Nouvelle-Aquitaine a été établie pour favoriser la mobilité professionnelle des jeunes vers le Québec.
www.ofqj.org/conventions-territoriales

CANADA - Bourse de stage Gaston-Miron

Ce programme de l'Association internationale des études québécoises (AIEQ) octroie, sous conditions, des bourses de 3 500 à 4 500 € (*selon le taux de change*) aux étudiants de 3^e cycle universitaire désireux de faire un stage de recherche en littérature et culture québécoises d'au moins 2 mois au Québec.

www.aieq.qc.ca

Aide de la Fondation Pierre Ledoux - Jeunesse internationale

La fondation propose une aide financière aux étudiants de nationalité française inscrits (*notamment*) en BUT ou Licence Professionnelle et souhaitant effectuer un stage à l'étranger. Ces bourses, dont le montant varie **entre 500 € et 2 500 €** selon les besoins et les frais associés au séjour, sont destinées à financer des stages professionnels intégrés au parcours académique. La fondation privilégie le **cofinancement**, c'est-à-dire qu'elle complète d'autres aides ou financements déjà obtenus. Les stages doivent avoir une durée minimale de **10 semaines** et se dérouler dans des pays situés hors de l'Union européenne (*à l'exclusion du Canada francophone et de la Suisse*).
www.fondationdefrance.org

Bourse de stage de l'Agence Universitaire de la Francophonie (AUF)

Les étudiants francophones des établissements membres de l'AUF Europe centrale et orientale peuvent postuler aux mobilités de stage professionnel pour une **durée de 1 à 3 mois**. Le stage doit obligatoirement faire partie du cursus universitaire du candidat. Les candidats doivent identifier une structure d'accueil en dehors du pays d'origine ayant pour langue de travail le français et y obtenir l'admission. La bourse de stage couvre le transport international, une allocation mensuelle pour les frais de séjour et une assurance-

santé. Toutes les autres formalités (*visa, vaccins, logement*) sont à la charge du candidat. Le candidat devra prendre l'initiative d'identifier une structure d'accueil, obtenir une lettre d'admission officielle et fournir l'ensemble des pièces justificatives requises. Cette bourse, attribuée une seule fois par cycle universitaire, n'est pas reconductible.

www.auf.org



Erasmus+ couvre aussi les frais liés à votre handicap : suivi médical, rémunération d'un auxiliaire de vie, hébergement ou transport spécifique.
<https://agence.erasmusplus.fr>
<https://exchangeability.eu>

Europass Mobilité

L'Europass Mobilité est un document européen officiel, compris dans le portfolio Europass, qui fournit un relevé détaillé du ou des parcours européens de formation effectués par son possesseur. Ce document atteste d'une expérience de mobilité entreprise dans un but éducatif, formatif ou d'apprentissage. Cette expérience peut prendre diverses configurations, telles qu'un stage en entreprise, un volontariat au sein d'une organisation non gouvernementale (ONG) ou une période d'études à l'étranger dans le cadre d'un programme d'échange.

L'Europass Mobilité répertorie les détails de la formation reçue par le stagiaire à l'étranger, y compris les informations sur les formateurs, les compétences acquises et les tâches effectuées.

Il sert de preuve tangible de l'expérience acquise et des compétences développées à l'étranger.

La demande pour l'obtention de ce document doit être initiée par l'organisme qui envoie le stagiaire avant le début de la période de mobilité.

<https://europass.europa.eu/fr/work-europe/mobility>

<https://agence.erasmusplus.fr/programme-erasmus/outils/europass/europass-mobilite/>



Trouver un emploi, un job

Pour mener à bien votre projet de travailler à l'étranger, commencez par faire le point sur vos objectifs, vos compétences et vos qualités.

Comment chercher un emploi ?

À ne pas confondre avec un job, **un emploi est un travail qualifié que l'on envisage sur un plus long terme.**

Pour donner plus de chances de réussite à votre projet professionnel, organisez-vous !

→ Bilan et projet professionnel

Faites le point sur vos qualifications et expériences, vos atouts et vos compétences linguistiques, et interrogez-vous : pourquoi travailler à l'étranger ? Pour combien de temps ? Pour quels bénéfices ?

→ Des pros vous accompagnent

• Les conseillers EURES

Au-delà des informations pratiques sur les conditions de vie et de travail en Europe, les méthodes de recrutement propres à chaque pays et des offres d'emploi, le réseau EURES de la Commission européenne met à disposition **près de 1 000 conseillers** avec lesquels vous pouvez converser en ligne.

<https://eures.europa.eu>

• Les conseillers France Travail - Mobilité internationale

Pour faciliter votre expatriation, France Travail vous propose un listing d'offres à l'international, des actualités sur les salons et des dispositifs d'aides à la mobilité. Les équipes spécialisées en

mobilité internationale de France Travail (EMI) vous accompagnent **pendant 3 mois**, via leur service **"Activ'international"**, pour vous aider à trouver un emploi à l'étranger et à préparer votre départ (*formalités, simulateur d'entretiens...*). Contactez votre conseiller France Travail pour qu'il vous oriente vers un conseiller France Travail international.

www.francetravail.fr (Services / S'ouvrir à l'international)
www.emploi-store.fr

• Réseau Eurodesk

Eurodesk est un réseau **européen d'information spécialisé** dans la mobilité des jeunes en Europe et à l'international. En France, Eurodesk s'appuie sur le réseau Info Jeunes qui **accompagne tous les jeunes qui veulent bouger à l'étranger**, quel que soit leur projet : étudier, travailler, partir en volontariat...

Chaque printemps, le réseau organise des "Journées jobs d'été" avec des offres à l'international et publie la brochure

"Trouver un job à l'étranger".

Il existe également la brochure "Discover your next work abroad experience", réalisée par Eurodesk Brussels Link.

www.jobs-ete.com

www.somobilite.fr

(rubrique Boîte à outils / Guides et brochures)

www.eurodesk.eu

→ Trouver des offres d'emploi

Vous pouvez chercher un emploi depuis la France en répondant à des annonces ou en envoyant des candidatures spontanées. Si vous aimez l'aventure et préférez chercher sur place, prévoyez un budget pour vos frais de logement, transport et nourriture.

• Envoyez des candidatures spontanées

Pensez à postuler auprès d'entreprises françaises implantées à l'étranger, d'entreprises étrangères ayant des filiales en France et d'entreprises locales du pays choisi.

www.ccifrance-international.org
www.tresor.economie.gouv.fr/tresor-international
www.economie.gouv.fr/cedef/entreprises-francaises-a-letranger
<https://fr.kompass.com>
www.lemoci.com
www.wayp.com
www.europages.fr

• Prospectez sur tous les fronts

> Sites spécialisés

<https://eures.europa.eu>
www.francetravail.fr (Services / S'ouvrir à l'international)
www.1jeune1solution.gouv.fr
<https://eurojobs.com>
www.apec.fr
www.apecita.com
www.expat.com
www.workwide.fr
www.yobbers.fr
www.monster.com
<http://jooble.org>
www.guichetemplois.gc.ca/trouverunemploi (offres pour le Canada)



Plus d'infos
dans nos brochures
*Trouver un job
à l'étranger !*



> Réseaux sociaux professionnels

www.linkedin.com
www.xing.com

> Salons de recrutement transfrontaliers et internationaux

www.europeanjobdays.eu
www.leforumexpat.com
www.empleo-info.eu

***Jetez aussi un œil
aux annonces parues dans
la presse étrangère et
diffusées par les services
publics d'emploi,
les agences d'intérim ou
en consultation dans les
bibliothèques municipales
et les bibliothèques
universitaires, en vente
dans les grandes gares,
sur internet...***

Comment chercher un job ?

Contrairement à un emploi, **le job désigne un "petit boulot"**, comme un emploi étudiant ou saisonnier qui ne nécessite pas de qualification particulière.

→ Se débrouiller seul

L'été est un bon moment pour trouver un emploi, mais certains secteurs recrutent toute l'année. La plupart des offres s'adressent aux personnes de plus de 18 ans, et il est souvent nécessaire de parler la langue du pays, même à un niveau basique.

Conseils selon votre niveau de langue :

- **Si vous parlez bien la langue :** cherchez des postes en lien avec le public, comme serveur, réceptionniste, conseiller de vente, téléopérateur ou accompagnateur de jeunes en séjour linguistique.
- **Si vous êtes débutant :** commencez par des jobs comme plongeur, agent d'entretien ou cueilleur de fruits. Mettez en avant votre motivation, votre personnalité et votre bonne condition physique.
- **Hôtellerie-restauration**
C'est LE secteur où l'on peut trouver un job sans expérience. La priorité est donnée aux personnes disponibles toute la saison (*mai à septembre*).
www.lhotellerie-restauration.fr
www.catererglobal.com
www.hotelcareer.com
<http://sunseafun.com>
www.caterer.com

• Animation & Tourisme

Les centres sportifs, campings, parcs d'attractions et offices de tourisme recrutent des accompagnateurs, des surveillants et des animateurs. Autres fonctions : ménage, plonge.

www.animjobs.com
www.planetanim.fr
www.seasonworkers.com
www.clubmedjobs.com/fr

• Travaux agricoles

La récolte de fruits et légumes nécessite de la main d'œuvre aux quatre coins du monde et tout au long de l'année.

Les conditions de travail peuvent être pénibles (*8 à 10 heures de travail par jour, 6 jours par semaine*) et il est conseillé de s'informer sur la prise en charge de l'hébergement, de la nourriture et sur la rémunération.

Le gîte et le couvert tiennent parfois lieu de salaire.

www.fruitfuljobs.com
www.pickyourown.org
www.picktheworld.org

• Accompagnement de séjours linguistiques

Pour être accompagnateur de séjours linguistiques, vous devez avoir **21 ans minimum**, une expérience à l'étranger et un bon niveau en langues. Les exigences peuvent légèrement varier selon les organismes.

www.loffice.org
www.unosel.org

→ Opter pour un job "clés en main"

Des agences proposent de **faire vos recherches de job et de logement à votre place**, moyennant une certaine somme.

Avant de les contacter, examinez attentivement les conditions (*clauses, tarif, remboursement...*).

Ne versez à l'inscription que 20 à 30 % du prix demandé et le reste en début du séjour.

Exigez toujours un contrat écrit et n'effectuez pas de paiement à distance. Demandez des précisions sur le logement et assurez-vous aussi qu'un remboursement est prévu s'il n'y a pas de job à la clé.

Enfin, préférez un organisme agréé, situé en France, donc soumis au droit français.

www.teli.asso.fr

(Adhésion : 50 €/an)

www.anyworkanywhere.com

www.loffice.org

www.seasonworkers.com

www.unosel.org

www.summerjobs.com

www.internationalservices.fr

www.aupaysdeslangues.fr

www.ohmyup.com

(Jobs à Malte)

Formuler sa candidature

Pour postuler à l'étranger, il ne suffit pas de traduire votre CV et votre lettre de motivation.

Il faut aussi les adapter aux normes et pré-requis du pays.

→ Rédiger son CV

Voici quelques règles à respecter :

- Écrivez votre CV dans la langue du pays.
- Soignez la présentation.
- Présentez vos compétences et savoir-faire utiles pour le poste.
- Précisez l'équivalence ou le détail de votre formation.
- Valorisez vos bons résultats scolaires et professionnels.
- Faites relire votre CV par un natif.

→ Rédiger sa lettre de motivation

Elle doit être claire, concise et écrite dans la langue et selon les modalités du pays. Mettez en avant vos qualités et argumentez sur ce que vous pouvez apporter à l'entreprise. Votre candidature doit présenter une plus-value par rapport à celle d'un candidat du pays. Cherchez ce qui peut faire la différence (*connaissances techniques, linguistiques, culturelles...*).



Le site Europass vous permet de créer vos CV, lettres de motivation et de trouver un emploi ou une formation en Europe... et ce, gratuitement !

<https://europass.europa.eu/fr>

Reconnaissance professionnelle

Avant d'exercer votre métier à l'étranger, assurez-vous d'en avoir le droit ! Pour savoir si votre profession est réglementée dans votre pays d'expatriation, consultez le site **L'Europe est à vous**.

<https://europa.eu/youreurope>

<https://ec.europa.eu/growth/tools-databases/regprof>

• Si tel est le cas, **le centre ENIC-NARIC de votre pays d'accueil vous informera sur les procédures** à suivre pour exercer votre profession et vous orientera vers les autorités compétentes qui vous délivreront une autorisation d'exercice.

www.enic-naric.net

Si le pays où vous souhaitez faire reconnaître votre diplôme n'a pas de centre ENIC-NARIC, il est recommandé de contacter l'ambassade de France dans ce pays pour obtenir des orientations sur les démarches à suivre.

• **Si votre profession n'est pas réglementée** : vous pourrez l'exercer librement comme n'importe quel ressortissant du pays. C'est l'employeur qui évalue vos compétences. Tous les emplois vous seront accessibles à l'exception de ceux qui relèvent de la souveraineté nationale (armée, police, diplomatie).



*Vous êtes infirmier, kinésithérapeute, pharmacien, guide de montagne ou agent immobilier et souhaitez exercer votre profession dans un autre pays de l'UE ? **Demandez la carte professionnelle européenne (EPC) !** Cela simplifiera la reconnaissance de vos qualifications professionnelles à l'étranger.*

<https://europa.eu/youreurope>

Autres pistes

→ Au pair à l'étranger

Une personne au pair assure la garde des enfants et une partie des tâches ménagères, en contrepartie de quoi elle est logée, nourrie et reçoit de l'argent de poche. Pour devenir au pair, il faut avoir **entre 18 et 30 ans** (selon les destinations), posséder quelques connaissances en langues et s'engager généralement pour **6 mois minimum**.

• **Organismes d'accompagnement séjour au pair** (des frais de dossier seront demandés) :

> **En Nouvelle-Aquitaine :**

www.aupaysdeslangues.fr

(au pair pour chevaux et pet-sitter également possible)

www.aupairbutrflly.com

www.aupairconnexion.com

www.ispa.fr (États-Unis et Australie)

www.culturalcare.fr

(États-Unis)

www.piefrance.com

(États-Unis)



> En France :

www.iapa.org
www.ufaap.org
www.loffice.org
www.unosel.org
www.unse.org

• Sites pour rechercher soi-même une famille d'accueil au pair :

www.aupairworld.com
www.aupair.com
www.findaupair.com
www.greataupair.com

→ Ton premier emploi EURES Targeted Mobility Scheme

Ce programme aide les jeunes demandeurs d'emploi d'au moins **18 ans** à trouver un emploi, un stage ou un apprentissage dans un autre pays de l'UE, en Norvège ou en Islande. Il offre aussi un soutien financier pour couvrir leurs frais de transport, d'installation et des cours de langue. Contactez un conseiller EURES de France Travail pour faire valider votre éligibilité et connaître la procédure à suivre pour bénéficier de ce programme.

https://eures.europa.eu/eures-services/eures-targeted-mobility-scheme-tms_fr

→ Erasmus pour jeunes entrepreneurs

Ce programme permet aux jeunes et futurs entrepreneurs de **se former pendant 1 à 6 mois auprès d'entrepreneurs installés dans un autre pays européen** et de bénéficier d'une aide financière.

www.erasmus-entrepreneurs.eu

→ Programme Vacances Travail - PVT

La France et les pays suivants ont signé des accords qui simplifient l'obtention de visas : Argentine, Australie, Brésil, Canada, Chili, Colombie, Corée du Sud, Équateur, Hong-Kong, Japon, Mexique, Nouvelle-Zélande, Pérou, Taïwan et Uruguay.

Le PVT permet aux jeunes Français de 18 à 30 ans

(35 ans pour l'Argentine, l'Australie et le Canada) de séjourner dans un de ces pays en ayant le droit de travailler pendant 1 an

(2 ans pour le Canada et 3 ans pour l'Australie sous conditions).

Vous devrez justifier de ressources suffisantes pour subvenir à vos besoins sur place. Contactez les ambassades des pays concernés et consultez le site <https://pvtistes.net>

Découvrez **WHVaustralie.com**, un site dédié à l'Australie, destination numéro 1 du PVT. Vous y trouverez des guides gratuits sur les villes, l'achat d'un véhicule, le travail en mines, une carte des fermes qui recrutent, ainsi qu'un compte Instagram avec du contenu 100% Australie.

→ Programme "Travail chez le partenaire" - OFAJ

L'Office franco-allemand pour la jeunesse (OFAJ) offre aux **18-30 ans** la possibilité de travailler pendant **12 mois** en Allemagne dans une institution ou une association de jeunesse. Le salaire correspond au montant du SMIC pour un minimum de 30 heures de travail par semaine, et une indemnité forfaitaire pour frais de voyage peut être accordée. Une bourse pour réaliser un stage linguistique intensif en Allemagne avant le départ est proposée. Répondez aux annonces publiées sur l'espace de recrutement du site de l'OFAJ ou envoyez votre candidature spontanée par e-mail à la structure de votre choix.

www.ofaj.org

→ Trouver un travail avec l'OFQJ

L'Office franco-québécois pour la jeunesse (OFQJ) a un pôle Information Mobilité qui **accompagne les jeunes dans leur recherche d'emploi** au Québec (des ateliers d'information en ligne sont proposés gratuitement).

www.ofqj.org

→ Assistant de français à l'étranger

France Education International offre aux 20-35 ans environ **1 400 postes d'assistants de français dans plus de 35 pays**, pour étudiants et non-étudiants selon les destinations. Les assistants secondent les professeurs de français quelques heures par semaine pendant **4,5 à 12 mois**, avec une rémunération variable. Les critères d'éligibilité et conditions varient par pays.

Une rémunération est prévue selon le pays de destination, mais les frais de voyage, visa, nourriture et logement sont à votre charge. L'expérience peut être validée académiquement au moyen d'ECTS ou être reconnue en tant que stage dans votre cursus universitaire selon les établissements.



Lors de votre candidature, vous choisissez une destination principale. Une destination secondaire ne sera envisagée que si des places se libèrent. Adressez-vous au secrétariat de l'UFR de langues de votre établissement et consultez le site de France Éducation International.

www.france-education-international.fr

→ Programme Fulbright Assistants de français aux États-Unis

La Commission Fulbright offre des bourses aux étudiants français titulaires d'au moins une licence qui souhaitent devenir assistants de français dans des petites universités aux États-Unis.

<https://fulbright-france.org>

→ Lecteur de français à l'étranger

Le lecteur exerce à l'université où il assure des travaux pratiques à raison de quelques heures par semaine. Il n'existe pas de procédure nationale pour le recrutement de lecteurs dans les universités étrangères.

Pour obtenir un poste, vous devez être titulaire d'un master et adresser votre candidature aux établissements étrangers, de préférence à ceux qui ont des départements de Français, Langues et Civilisations. Les critères d'éligibilité et contrats de travail varient selon le pays et l'établissement.

www.euroguidance-france.org/les-differentes-formes-de-mobilite-en-europe/assistant-de-langue-lecteur
www.fdlm.org (rubrique Offres d'emploi)

→ Programme JET au Japon

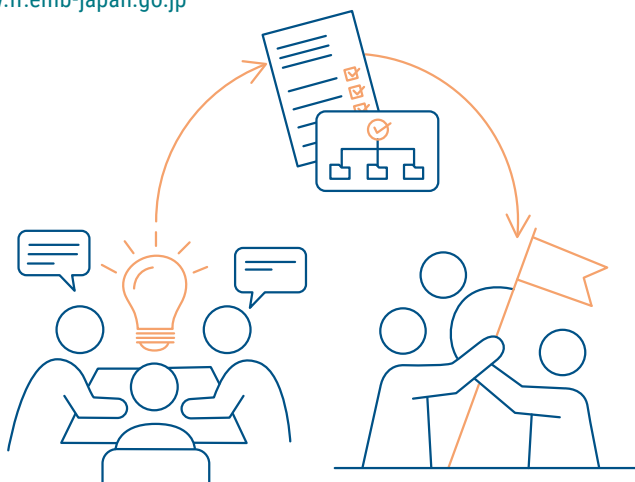
Le Programme JET (*Japan Exchange and Teaching*) permet à des jeunes de pays étrangers de **travailler pour une période d'un an** (*renouvelable 5 ans maximum*) dans des collectivités locales et des établissements scolaires au Japon. Les participants assurent des fonctions d'assistantat de langue, de coordination d'activités internationales, ou encore de gestion d'échanges sportifs internationaux.

www.fr.emb-japan.go.jp

→ Projet de création d'entreprise - Projet économique

Si vous souhaitez créer une entreprise dans un pays européen ou envisagez de monter un projet économique qui intègre la dimension européenne, adressez-vous aux Chambres de Commerce et d'Industrie (CCI) qui diffusent aux créateurs d'entreprises souhaitant s'installer à l'étranger des informations de nature économique et mettent à disposition des annuaires d'entreprises.

Pour un accompagnement à la création d'entreprise, contactez la CCI la plus proche de chez vous.
CCI Nouvelle-Aquitaine
nouvelle-aquitaine.cci.fr
(rubrique Sélectionnez votre CCI)



Faire du volontariat

Vous souhaitez vous investir dans la société, faire un geste pour la planète, vous rendre utile ? Différentes possibilités de volontariat existent, choisissez celle qui vous correspond le mieux et engagez-vous !

Bénévolat et volontariat : quelles différences ?

En anglais, un seul terme ("*volunteering*") est utilisé pour signifier tantôt bénévolat, tantôt volontariat. Si ces deux concepts illustrent une même volonté de se mettre au service des autres ou de soutenir une cause, etc., **leurs réalités sont différentes.**

- **Le bénévolat est un engagement libre.** Il n'y a pas de statut ni de contrat. Les bénévoles doivent respecter le règlement de l'organisme et les règles de sécurité, mais ils ne sont pas rémunérés, ni soumis à des contraintes de temps. Le bénévolat peut être ponctuel ou régulier, mais n'est jamais une activité à temps plein. Enfin, les bénévoles peuvent mettre un terme à leur engagement sans procédure ni dédommagement.

- **Le volontariat est un engagement contractuel d'échange** entre la structure d'accueil et le volontaire. Le volontaire n'est ni bénévole, ni salarié. Il signe un contrat dans lequel il s'engage à réaliser une mission d'intérêt général pour une durée définie. En contrepartie, le volontaire reçoit une indemnité (*et non un salaire !*).

Partir dans le cadre d'un programme

→ **Corps européen de solidarité - CES**

Le CES est un programme de volontariat et de solidarité financé par la Commission européenne.

Il comprend plusieurs volets : les projets de volontariat individuel ou en équipe, les projets de volontariat dans le domaine de l'aide humanitaire, et les projets de solidarité.

- **Volontariat individuel ou en équipe :** ce type d'activité offre aux jeunes de **18 à 30 ans** la possibilité d'effectuer une mission de volontariat et de participer aux travaux quotidiens d'organismes dans des domaines d'activité liés à la solidarité, implantés dans un des États membres de l'Union européenne ou dans un pays voisin de l'UE.

Les missions CES couvrent de nombreux domaines (*environnement, sport, culture, social, éducation, solidarité internationale...*). Aucun critère de formation, de diplôme ou de niveau de langue n'est requis pour y participer. Les frais de transport, d'hébergement et de nourriture des volontaires sont couverts. Le programme prend aussi en charge l'assurance, le soutien linguistique et l'argent de poche.

Les volontaires bénéficient d'un accompagnement au départ grâce à une structure d'envoi en France (*facultatif en cas de volontariat d'équipe*) et un accompagnement sur place grâce à la structure d'accueil.

Les personnes souhaitant participer à ce volet bénéficient chacun de **12 mois de mobilité autorisées**, qu'il est possible de fragmenter en plusieurs missions individuelles et/ou en équipe :

> **Volontariat individuel** : missions de 2 semaines à 12 mois (*1 seule mission de plus de 2 mois possible, sauf exceptions*) ;

> **Volontariat en équipe** : missions de 2 semaines à 2 mois, au sein d'un groupe de minimum 5 participants originaires d'au moins 2 pays différents.



Consultez la liste des structures d'envoi CES en Nouvelle-Aquitaine sur le site www.somobilite.fr !

• **Volontariat dans le domaine de l'aide humanitaire** : dans le cadre de ce volet, le CES offre aussi des opportunités de volontariat d'aide humanitaire dans des **pays hors UE**. Ouverts aux jeunes de **18 à 35 ans**, ces projets permettent aux volontaires d'aider les populations locales à anticiper ou à faire face à d'éventuelles catastrophes naturelles, à s'engager pour la promotion de l'égalité hommes-

femmes, la protection des femmes et des enfants, la protection des réfugiés et des personnes déplacées, la lutte contre le changement climatique ou encore l'amélioration de la sécurité alimentaire.

Les volontaires peuvent s'engager à **titre individuel** sur des missions **de 2 à 12 mois**, ou **en équipe** sur des missions **de 2 semaines à 2 mois**. Avant d'être déployés à l'étranger, les volontaires doivent s'inscrire sur le portail européen de la jeunesse et suivre une formation en ligne et en présentiel. La prise en charge comprend notamment les frais de voyage, d'hébergement, de nourriture, de déplacements locaux ou encore de visa.



Pour candidater

à un volontariat CES, il est nécessaire de s'inscrire sur la plateforme du Corps européen de solidarité et d'envoyer sa candidature en anglais, voire dans la langue du pays d'accueil.

> **Site officiel (avec liste des missions à pourvoir et pour candidater)**

https://youth.europa.eu/solidarity_fr

> **Pour s'informer :**

www.corpseuropeen.solidarite.fr

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F119>

Faire du volontariat

• Projets de solidarité :

outre son volet volontariat qui propose des missions à l'étranger, le CES vous permet aussi d'initier des actions d'entraide nationales et d'apporter des changements positifs dans votre communauté locale en mettant en place votre **"Projet de solidarité"**. Pour cela, vous devez former **un groupe composé d'au minimum 5 jeunes âgés de 18 à 30 ans**, et entreprendre un projet sur **2 à 12 mois**, pendant lequel vous pourrez, entre autres, obtenir jusqu'à 630 € par mois, ainsi qu'un coach si nécessaire. Votre projet devra aborder au moins une thématique prioritaire européenne.

https://youth.europa.eu/solidarity/young-people/solidarity-projects_fr

→ Service civique à l'international

Ce programme permet aux **jeunes français de 18 à 25 ans** (30 ans pour les jeunes en situation de handicap) **d'accomplir à l'international une mission au service de la collectivité**, pour une période de **6 à 12 mois**. Les volontaires reçoivent une indemnité mensuelle (*environ 670€/mois versés par l'État et l'organisme d'accueil*) et bénéficient d'une protection sociale. Une majoration sur critères sociaux est aussi disponible. Leurs frais de transport et d'hébergement ne sont pas toujours couverts. Il est possible d'effectuer sa mission l'année de ses 26 ans en signant le contrat d'engagement jusqu'à la veille de son 26^e anniversaire.

www.service-civique.gouv.fr

→ Volontariat franco-allemand - VFA

Ce programme, porté par l'Office Franco-Allemand pour la Jeunesse (OFAJ), partage les objectifs et le cadre légal du Service Civique. Il **permet aux 18-25 ans de s'engager en faveur d'un projet collectif** pendant **10 ou 12 mois** dans un établissement scolaire (*missions de 6 mois également possibles*) ou d'enseignement supérieur allemand, dans des collectivités territoriales, ou des associations allemandes dans le domaine culturel, écologique, social, sportif... En plus de l'indemnité mensuelle de Service Civique, les participants bénéficient de la prise en charge de leurs frais de voyage, d'une assurance et de formations interculturelles et linguistiques.

www.ofaj.org



Volontariat écologique franco-allemand - VEFA

Porté par la Maison de Rhénanie-Palatinat, le VEFA est une année d'orientation professionnelle et de formation pour des jeunes de 18 à 25 ans.

Les volontaires découvrent l'Allemagne en travaillant sur **des missions de Service Civique en lien avec la protection de la nature et de l'environnement**.

Aucune compétence particulière n'est requise, pas même linguistique ! Il faut être motivé, curieux, enthousiaste et ouvert d'esprit.

<http://ve-fa.org>
www.ciffee.fr

→ Volontariat franco-qubécois - VFQ

Ce programme proposé par l'Office Franco-Québécois pour la Jeunesse (OFQJ) partage les objectifs et le cadre légal du Service Civique. Il permet aux jeunes français de 18 à 25 ans (30 ans en situation de handicap) de s'engager 6 à 11 mois dans une mission d'intérêt général dans des structures francophones sur le continent américain. Ces missions peuvent s'effectuer au Québec, dans les autres provinces canadiennes anglophones, en Amérique Latine, aux Caraïbes et même parfois dans certains autres pays.

www.ofqj.org



Avec l'OFQJ, en plus des indemnités et avantages d'un engagement classique en Service Civique à l'étranger, le volontaire bénéficie de la prise en charge de ses frais de transport aller/retour, de la prise en charge de l'assurance internationale et d'un défraiement complémentaire mensuel dont le montant varie selon le lieu de la mission. Les frais d'hébergement, d'obtention de permis et autres frais éventuels exigés par Immigration et Citoyenneté Canada restent à la charge des volontaires.

→ Chantiers de jeunes bénévoles

Les chantiers de bénévoles permettent aux jeunes de participer à un projet collectif en rassemblant des personnes de nationalités et de cultures différentes.

Ouvertes à toutes et tous dès l'âge de 14 ans en France et à partir de 16 ans à l'étranger, ces premières expériences de volontariat constituent un lieu privilégié d'échanges, de rencontres interculturelles et d'ouverture.

Les chantiers ont une durée de 1 à 3 semaines et les projets sont variés : restauration du patrimoine, aménagement d'espaces naturels, organisation de manifestations culturelles...

Les propositions de chantiers sont disponibles sur le site des associations, généralement à partir du mois de mars pour les chantiers d'été.

Attention : Une participation aux frais d'hébergement et de nourriture est demandée et les frais de voyage restent à la charge des participants.

> Structures en Nouvelle-Aquitaine :

Cotravaux Nouvelle-Aquitaine

(liste des chantiers en région) :

<https://cotravaux.org/?Cotravaux N-Aquitaine>

Réseau Solidarités Jeunesses :

<https://bateleursj.fr>

<https://semetvol.wixsite.com/semetvol>

Réseau Concordia :

www.concordia.fr/delegation-regionale/aquitaine

Union Rempart en Nouvelle-Aquitaine :

www.assoaidichats.net
<https://arsimed.net>
www.chantierstramasset.fr
<https://lacolporteurse.net>
www.chateau-lastours-limousin.fr
et plein d'autres sur
www.rempart.com

Autres :

www.leolagrangebayonne.fr
<https://clubduvieuxmanoir.fr>
<http://ckcab.fr>

> Structures en France (et à l'international) :

www.cotravaux.org
www.concordia.fr
www.solidaritesjeunesses.org
www.rempart.com
www.cham.asso.fr
<https://etudesetchantiers.org>
www.volontariat.org
www.volontairesnature.org
<https://sci-france.org>
www.amsed.fr
www.emmausexperience.org/fr
www.alliance-network.eu

→ Volontariat international en entreprise ou en administration - VIE/VIA

Ce dispositif permet aux **jeunes âgés de 18 à 28 ans** de s'engager comme volontaires internationaux pour une période de **6 à 24 mois (renouvelables)** dans une entreprise ou une administration française implantée à l'étranger. Davantage axé pour **les jeunes diplômés de niveau licence/master**, il s'adresse aux jeunes citoyens français ou ressortissants de l'Espace Économique Européen. Être volontaire international dans

ce cadre, c'est partir pour une mission professionnelle à l'étranger tout en bénéficiant d'un statut public protecteur. Le VIE et le VIA sont deux dispositifs placés sous la tutelle de l'ambassade de France.

Les volontaires reçoivent une indemnité forfaitaire qui varie selon le pays d'affectation (*entre 2 000 et 5 000 €/mois*). Leurs frais de voyage, d'installation et de protection sociale sont pris en charge.
<https://mon-vie-via.businessfrance.fr>



*Un VIE donne lieu
dans 92% des cas
à une proposition
d'embauche !*

→ Interreg Volunteer Youth - IVY

Ce volontariat permet aux **jeunes âgés de 18 à 30 ans** de s'investir dans **un projet transfrontalier, transnational ou interrégional** financé par un programme Interreg. Chaque expérience se déroule sur une période de **2 à 6 mois** et elle peut être effectuée en France ou à l'étranger. Les jeunes peuvent s'engager soit en tant que **Partenaire d'un projet Interreg** (*pour contribuer à la mise en œuvre du projet*), soit en tant que **Journaliste Interreg** (*pour contribuer à la valorisation des résultats du projet*). Les volontaires reçoivent une indemnité forfaitaire qui

varie selon le pays d'affectation (entre 23 et 39 €/jour). Une contribution pour les frais de voyage, ainsi qu'une assurance santé et responsabilité civile, sont également prévues.
www.interregyouth.com

→ Volontariat de solidarité internationale - VSI

Ce programme permet à toute personne majeure de s'engager, pour une période de **1 à 2 ans**, dans un projet de solidarité internationale (enseignement, action sanitaire et sociale, information et communication, développement durable...), principalement situé en Afrique, en Asie ou en Amérique latine. Le dispositif est géré par des ONG agréées par le Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères. Le VSI ne peut s'exercer **qu'en dehors de l'Espace Économique Européen** et il est possible de réaliser plusieurs VSI pour une durée totale de 6 ans. Les volontaires sont pris en charge par l'une des associations agréées qui financent la formation, les frais de voyage, l'indemnité de subsistance, la couverture sociale et l'accompagnement au retour. Le volontaire bénéficie d'une indemnité mensuelle de 150 € minimum à laquelle s'ajoute une indemnité supplémentaire liée à l'affectation.

Attention : de plus en plus de postes nécessitent des compétences et une expérience dans des domaines techniques et de gestion. En pratique,

les volontaires engagés dans ce dispositif ont entre 25 et 35 ans et possèdent un niveau BAC+5 ou plus.
www.france-volontaires.org
www.clong-volontariat.org
www.coordinationsud.org
www.ritimo.org

Attention au volontourisme !

Aussi appelé "tourisme humanitaire", il permet à des individus désireux de s'engager pour une cause de "faire de l'humanitaire" sans être professionnels du secteur. Si les intentions de départ sont louables, les dérives sont nombreuses et certaines agences n'hésitent pas à exploiter le business de l'humanitaire au détriment des populations locales. C'est pourquoi il est conseillé de s'engager auprès des organismes qui ont signé la charte des volontariats.

www.france-volontaires.org

→ Volontariat des Nations Unies - VNU

Le programme VNU, assuré par l'Organisation internationale des Nations Unies, promeut le volontariat afin de **soutenir la paix et le développement dans le monde**. Les jeunes titulaires d'un diplôme universitaire ou technique supérieur, **âgés d'au moins 18 ans**, ayant au moins

un mois d'expérience professionnelle et capables de travailler dans un environnement multiculturel peuvent postuler. La plupart des missions durent de **3 à 48 mois** (*renouvelables*). Les candidats au VNU (*spécialistes techniques, professionnels juridiques et médicaux, politologues, experts de l'administration et des finances, professionnels ayant une expérience dans le développement, la gestion, les affaires humanitaires et le maintien de la paix...*) seront déployés rapidement. Les volontaires bénéficient d'une allocation de subsistance, de frais de transport et d'installation, d'une assurance vie, santé et invalidité permanente, de congés annuels et de frais de réinstallation.

www.unv.org



Vous ne pouvez pas vous déplacer, ou avez du temps mais à des heures atypiques ?

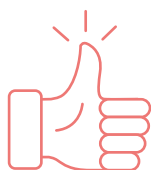
Optez pour le volontariat en ligne pour vous engager depuis chez vous !

<https://app.unv.org>

<https://createthegood.aarp.org>

www.servicevolontaire.org

www.catchafire.org



Coordonné par ESN France, le site International **Mobility with Disabilities (IMD)** regroupe toutes les informations nécessaires aux jeunes en situation de handicap pour construire leur parcours de mobilité internationale (*préparation, programmes, conseils...*).

<https://mobility-with-disabilities.org>

→ Volontariat pour le Patrimoine Mondial

Cette initiative a été lancée en 2008 dans le cadre du Programme d'éducation au patrimoine mondial de l'UNESCO, en collaboration avec le Comité de coordination du service volontaire international (CCIVS), afin de mobiliser les jeunes et les organisations de jeunes et de les faire participer à **la préservation et à la promotion du patrimoine mondial**.

Le programme s'adresse aux **jeunes âgés de 18 à 30 ans**.

En groupe de 10 à 30 personnes, les volontaires sont sensibilisés à l'importance de la conservation du patrimoine mondial et ils développent des compétences tout en participant à un chantier d'activités **de 1 semaine à 2 mois environ** sur un site du patrimoine mondial.

<https://whc.unesco.org/fr/pmvolontariat>

→ Les congés de solidarité

Il existe trois termes très proches, qui sont la déclinaison d'un engagement dans le contexte professionnel.

• Le Congé de Solidarité Internationale - CSI

Il s'agit d'un dispositif issu de la loi de 1996, qui permet à un salarié de participer à une mission d'entraide à l'étranger. La durée du congé ou la durée cumulée de plusieurs congés, pris de façon continue, ne peut excéder **6 mois**.

<https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F92>

• Le Congé Solidaire

C'est un volontariat proposé par Planète Urgence. Il permet à un volontaire d'effectuer une mission de solidarité internationale, dans le cadre de ses congés (**2 semaines**).

<https://planete-urgence.org>
(rubrique Partir en mission)

• Le Congé de Solidarité

C'est un volontariat issu de négociations intra-entreprises, d'une durée de **2 à 3 semaines**. Le principe des missions est d'aider au développement, en mobilisant les compétences des salariés

volontaires, dans différents domaines (*diagnostic/conseil, gestion de projets, activités financières et d'assurance, activités de services administratifs et de soutien*).

Les métiers les plus représentatifs des missions réalisées sont ceux de comptable, informaticien, webmaster, professionnel en communication, en marketing, en ressources humaines.

<https://www.france-volontaires.org>

Le Congé de Solidarité

concerne exclusivement les salariés des entreprises ou les agents des collectivités territoriales en activité.

Le salarié ou l'agent d'une collectivité part en "congé" dans le cadre d'une mission financée, intégralement ou en partie, par son employeur en partenariat avec l'organisme d'envoi. Lorsque la mission n'est pas financée dans sa totalité par l'employeur, le volontaire paye le complément.



Partir autrement

Vous souhaitez découvrir d'autres contrées, tout en étant encadré ? Optez pour un chantier de jeunes ou un séjour linguistique ! Vous préférez l'aventure ? Des alternatives existent pour vous accompagner dans votre projet.

Partir dans le cadre d'un programme

→ Échanges de jeunes Erasmus+

Le programme Erasmus+ cofinance des rencontres de jeunes européens (*voire issus des pays voisins de l'UE*) **âgés de 13 à 30 ans** et pour une durée de 5 à 21 jours (*voyage non inclus*).

Le but ? Apprendre à mieux se connaître, découvrir d'autres cultures et modes de vie autour d'activités ludiques et pédagogiques sur un thème donné et dans un cadre rassurant.

www.erasmusplus-jeunesse.fr

→ Rencontres extra-scolaires franco-allemandes

L'Office franco-allemand pour la jeunesse (OFAJ) participe financièrement à l'organisation de **rencontres de jeunes franco-allemands**, voire avec un autre pays, pour une durée de 4 à 21 jours. Contactez directement les organismes partenaires de l'OFAJ organisant les séjours ou votre Point Info OFAJ local.

www.ofaj.org

Structures néo-aquitaines pouvant proposer des échanges de jeunes (*liste non exhaustive*) :

- **Maison des Bateleurs / Solidarités Jeunesses (17) :**
<https://bateleursj.fr>

- **Sem&Vol / Solidarités Jeunesses (24) :**
<https://semetvol.wixsite.com/semetvol>

- **Contrôle-Z (33) :**
<https://controle-z.org/>

- **Wipsee / Maison de l'Europe des Landes (40) :**
www.maisoneuropelandes-wipsee.fr

- **Pistes Solidaires (64) :**
www.pistes-solidaires.fr

- **Agglomérations et communes :** Communauté d'agglomération du Libournais (33), Mérignac (33), Dax (40), Mimizan (40), Marmande (47), Pays de Nay (64)...

Ailleurs en France (*liste non exhaustive*) :

- **Réseau Info Jeunes :**
<https://infojeunesfrance.org>

- **Fédération Léo Lagrange :**
www.leolagrange.org

- **Réseau des Maisons de l'Europe :**
www.federation-maisons-europe.org

- **Fédération des Francas :**
www.franca.asso.fr

- **Concordia :**
www.concordia.fr

- **Solidarités Jeunesses :**
www.solidaritesjeunesses.org

- **Parcours le Monde :**
<https://so.parcourslemonde.org/> (*antenne Sud Ouest*)

- **Comités de jumelage :** Saint-Jean d'Ilac, Angoulême, Bayonne, Bègles, La Rochelle, Périgueux, Pessac, etc.

→ Animateur FranceMobil en Allemagne

Les **jeunes de 20 à 30 ans** (*moins de 30 ans au début de la mission*) ayant de bonnes connaissances en allemand (*A2 minimum*), titulaires d'un bac +2 et d'un permis de conduire peuvent devenir **animateurs et ambassadeurs de la langue française** et de la mobilité des jeunes dans des établissements allemands pendant une année scolaire (*10 mois*). Les animateurs reçoivent une bourse de 1 300 € par mois et un véhicule est mis à leur disposition et une formation sous la forme de séminaires est proposée en présentiel ou en ligne.
www.francemobil.fr
www.ofaj.org

→ Colonies de vacances

> **Certaines collectivités territoriales** aident au financement de séjours en colonies de vacances à l'étranger. Renseignez-vous auprès du centre Info Jeunes le plus proche de chez vous.
www.infojeunes-na.fr

> **Le Pass colo** est une aide financière proposée par l'État et destinée aux familles, pour faciliter le départ en **colonies de vacances, en France ou à l'étranger**. Il permet de bénéficier d'un soutien financier (*entre 200 € et 350 €*) pour le séjour en colonie d'un enfant **l'année de ses 11 ans**. L'aide est attribuée selon le quotient familial (*CAF ou MSA*) ou via une plateforme pour les familles non allocataires. Le montant est directement déduit du coût du séjour. Le dispositif permet aussi de consulter un catalogue de colos éligibles et d'utiliser

un simulateur pour calculer sa participation financière restante.

www.jeunes.gouv.fr/passcolo

> **D'autres aides existent** pour aider à financer un départ en colonie de vacances !

www.jeunes.gouv.fr/les-aides-financieres-pour-partir-en-colo-2115

Vous pouvez vous rapprocher d'organismes privés pour participer à des colonies de vacances à l'étranger.

<https://laligue.org>

<https://vacances-enfants.ufcv.fr>

www.cei-voyage.fr

www.ucpa.com

www.unosel.org

www.loffice.org

→ Séjours linguistiques

Selon votre âge, activité, motivation et porte-monnaie, vous pouvez choisir entre diverses **formules allant d'une semaine à plusieurs mois** : immersion totale en famille, activités sportives ou culturelles associées à des cours de langue ou à des rencontres entre jeunes de plusieurs pays. Partir en séjour linguistique est très coûteux (*comptez environ 2 000 € minimum pour un séjour de 2 semaines en Europe*) et il existe peu d'aides financières.

www.unosel.org

www.loffice.org

→ Camps et échanges de jeunes (YEC) du Lions Clubs International

Le programme YEC propose deux possibilités de mobilité : **les camps d'1 à 2 semaines** gérés par les Lions Club hôtes et **les échanges internationaux de 4 à 6 semaines** en familles d'accueil organisés avec l'aide des clubs parrains et hôtes. Ces mobilités permettent à des jeunes internationaux de **16 à 22 ans** de se rencontrer autour d'activités variées. Ces rencontres sont gratuites ou demandent une participation financière. Les frais de voyage sont à la charge du participant ou des Clubs Lions d'envoi. La langue commune utilisée durant les camps est l'anglais. Renseignez-vous auprès du Club Lions le plus proche de chez vous.

www.lions-france.org

→ Programme "Échanges de jeunes" du Rotary

> Accessibles aux jeunes de 15 à 19 ans, **les échanges familiaux d'été** permettent à deux familles de recevoir respectivement leur correspondant pour un séjour d'été de 2 à 6 semaines. La réciprocité est obligatoire.

> **Les camps internationaux** sont des rencontres éducatives et culturelles d'une durée de 2 à 3 semaines organisées par les Districts rotariens ou les Rotary clubs pour les jeunes, majoritairement effectuées en été. Elles ont pour but de

favoriser l'échange de points de vue entre les participants. Des frais de dossier s'appliquent pour les deux types de séjour. Renseignez-vous auprès du club Rotary proche de chez vous.

www.rotary.org/fr

www.crjfr.org



Districts du Rotary en Nouvelle-Aquitaine :

• Département 79 (district 1510) :

www.rotary1510.org

• Départements 16-17-33-40-47-64 (district 1690) :

www.rotary-1690.org

• Département 86 (district 1720) :

www.rotary1720.org

• Départements 19-23-24-87 (district 1740) :

d1740.polaris.rotary.fr

→ Voyages des comités de jumelage

Le jumelage vise **le rapprochement entre une ville française et une ville étrangère**. Les communes jumelées peuvent bénéficier d'un soutien financier pour l'organisation de rencontres, d'échanges et d'actions de coopération directement avec les citoyens. Les comités de jumelage organisent aussi régulièrement des séjours en famille d'accueil avec leur ville jumelle. Contactez votre mairie ou votre comité de jumelage.



L'Association des Communes Jumelées de Nouvelle-Aquitaine (ACJNA)

rassemble les communes ou intercommunalités jumelées de la région et travaille en étroite collaboration avec les comités de jumelage. Elle pourra vous être utile pour trouver un jumelage et vous renseigner sur les opportunités de mobilité.

www.jumelages-nouvelle-aquitaine.eu

→ Projets de jeunes (JSI et VVV/SI)

Le Fond de Coopération de la Jeunesse et de l'Éducation Populaire (FONJEP) propose les dispositifs **"Jeunesse et Solidarité Internationale" (JSI)** et **"Ville, Vie, Vacances et Solidarité Internationale" (VVV-SI)**, qui permettent à des jeunes de s'engager dans des projets collectifs d'échange et de solidarité entre la France et des pays partenaires :

> Les projets doivent être collectifs, en groupes de 4 à 16 jeunes âgés de 15 à 25 ans.

> En partenariat entre une association française et une association étrangère.

> La durée est d'environ 15 jours (au moins 10 jours consacrés à une action de solidarité internationale).

> Accompagnement par une association loi 1901 (soutenue par

une association marraine habilitée par le FONJEP).

> Les projets peuvent se dérouler en France ou dans un pays éligible à l'Aide publique au développement (APD).

L'aide va jusqu'à 10 000 € par projet (ou 11 500 € pour les projets d'Outre-Mer et de Corse) et ne peut pas dépasser 60 % du budget global. Les demandes sont examinées par des jurys régionaux et un comité national, réunis plusieurs fois par an.

<https://www.fonjep.org/projets-de-jeunes-vvvs-et-jsi/vvvs-et-jsi-quels-projets-peuvent-etre-aides>

Partir à l'aventure

Pour les intrépides que l'idée d'un séjour bien ficelé déprime, il est évidemment possible de partir avec un sac à dos et de **sauter à pieds joints dans l'aventure** ! Veillez à minima à faire un point papiers et santé avant de partir.

→ Échanges de services

Des plateformes mettent en relation des personnes prêtes à donner quelques heures de leur temps à des hôtes (*fermes, gîtes, voiliers, écoles, associations...*) qui ont besoin d'un coup de main. Ces derniers leur offrent le gîte et le couvert. Les conditions et accords varient selon les compétences des voyageurs et les exigences de chaque hôte.

www.helpx.net

www.helpstay.com



Le Workaway, une alternative "généraliste" !

Le programme Workaway est une initiative d'échange de services mondial qui permet aux personnes de plus de 18 ans de découvrir une culture étrangère en échangeant quelques heures de service par jour contre le logement et la nourriture. Il s'adresse particulièrement aux jeunes adultes à la recherche d'expériences enrichissantes dans des domaines variés : fermes, auberges, éducation, projets artistiques et communautaires, etc.

Pour consulter les offres, il est nécessaire de payer une adhésion.

www.workaway.info



Le Wwoofing, une alternative "écolo" !

Le Wwoofing (ou World-Wide Opportunities on Organic Farms) permet à toute personne majeure de donner de son temps en participant aux différentes tâches d'une propriété agricole (jardin, potager, verger, animaux...), que ce soit dans une micro-ferme, une association ou chez des particuliers tendant vers l'autonomie alimentaire. Les Wwoofeurs rendent service quelques heures par jour en échange du gîte et du couvert. Il s'agit avant tout d'un échange interculturel et d'entraide et ne peut en aucun cas être considéré comme du travail. <https://wwoof.net>

→ Le "house sitting"

Pendant leur absence, certaines familles ont besoin de quelqu'un pour entretenir leur propriété, arroser le jardin ou sortir le chien. Le "house sitting" est une option intéressante si vous voulez voyager sans trop dépenser.

www.mindmyhouse.com

www.nomador.com

www.trustedhousesitters.com



Les séjours "au vert"

ont le vent en poupe et certains l'ont bien compris ! Plusieurs volontaires ont tiré la sonnette d'alarme, dénonçant des hôtes peu scrupuleux qui utilisent les volontaires comme de la main d'oeuvre gratuite. Alors, si l'expérience vous tente, restez attentif pour éviter les mauvaises surprises ou arnaques (travail dissimulé, exploitation...).

Trouver une aide ou bourse de voyage

→ Aides européennes

DiscoverEU est une initiative du programme européen Erasmus+ permettant aux **jeunes Européens de 18 ans** de remporter un pass Interrail pour explorer l'Europe principalement **en train**. Ils peuvent voyager seuls ou en groupe avec des amis.

Deux périodes de candidature sont organisées chaque année, au printemps et à l'automne.

En tant que lauréat, vous bénéficiez aussi de réductions pour des activités culturelles, sportives et sur des transports locaux.

Les candidats doivent résider dans un pays de l'UE ou dans certains pays associés à Erasmus+.

Pour participer, vérifiez bien si votre date de naissance correspond à l'appel à candidature concerné et rendez-vous sur le Portail européen de la jeunesse.

https://youth.europa.eu/discovereu_fr



DiscoverEU Inclusion

permet aux jeunes de 18 à 21 ans qui rencontrent des freins à la mobilité (situation socio-économique, géographique, handicap...) de pouvoir découvrir l'Europe en train durant 1 à 30 jours en bénéficiant de moyens supplémentaires. Les participants peuvent voyager seuls ou en groupe (jusqu'à 5 jeunes), et choisissent de partir soit en autonomie soit avec un accompagnateur. Ce projet devra être porté par un groupe de jeunes ou par un organisme (ONG, association à but non lucratif, structure publique...). En plus du pass Interrail, les jeunes recevront une contribution aux frais de séjour et d'organisation.

www.erasmusplus-jeunesse.fr

→ Aides nationales

• Le dispositif **Culture-ActionS** apporte un soutien financier et matériel aux initiatives étudiantes d'engagement et de solidarité en France ou à l'étranger. Le projet peut être présenté par un étudiant seul ou en groupe, doit avoir une retombée dans le milieu étudiant et bénéficier d'un cofinancement d'autres partenaires.

Contactez le Crous de votre ville.

www.etudiant.gouv.fr

www.crous-bordeaux.fr

www.crous-limoges.fr

www.crous-poitiers.fr

• Le programme **Départ 18:25** soutient le départ en vacances des 18-25 ans pour des séjours en France ou dans l'UE. Il propose un large choix de destinations à des prix accessibles. Un coup de pouce financier allant jusqu'à 200 € peut aussi être délivré sous conditions.

[https://depart1825.com](http://depart1825.com)

→ Aides régionales

• La Bourse René Caillié de l'Aventure

Dans le cadre de son Festival annuel, le Centre socio-culturel du Pays Mauzéen (Deux-Sèvres) propose une Bourse de l'Aventure d'un montant de 1 000 € à destination des **jeunes de 18 à 30 ans** habitant l'ex-région Poitou-Charentes (départements de la Charente, de la Charente-Maritime, des Deux-Sèvres, et de la Vienne). Cette aide soutient des projets de voyages solidaires, scientifiques, culturels ou sportifs sans esprit de compétition. Le lauréat s'engage à

présenter son voyage à son retour durant le festival.

<https://paysmauzeen.csc79.org/>

(rubrique Festival)

<https://festivalrenecailliedelaventure.wpcomstaging.com>

• Projets Initiatives Jeunesse

Ce dispositif de la Région Nouvelle-Aquitaine soutient les initiatives de jeunes **de 15 à 30 ans**, membres d'associations, qui souhaitent lancer des projets divers (*environnement, arts, sciences, solidarité internationale, etc.*). Les projets doivent être portés par des associations domiciliées en Nouvelle-Aquitaine, avec des financements plafonnés à 3 000 €. Pour plus de détails et pour soumettre un projet, rendez-vous sur le site de la Région Nouvelle-Aquitaine.

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

→ Aides départementales

Charente-Maritime :

Projets Jeunes

Ce dispositif cofinancé par l'État et la Caf de Charente-Maritime propose deux volets :

> un accompagnement gratuit

pour les jeunes de 11 à 30 ans de Charente-Maritime dans la création de leurs projets (*du développement de l'idée à la recherche de financements*). Les jeunes peuvent prendre rendez-vous au CDIJ de La Rochelle ou dans un centre Info Jeunes proche de chez eux en Charente-Maritime pour être accompagnés.

> une aide financière jusqu'à

1 000€ pour les projets à dimension

d'intérêt général (*culturel, sportif, solidaire, scientifique, écologique...*).

Pour postuler, les candidats doivent préparer un dossier, envoyer leur fiche d'inscription, et présenter leur projet devant un jury (*une fois par mois*).

www.infojeunesse17.com

Gironde :

Jeunes en action

Dispositif commun à la Caf, au Département et à la MSA, il vise à accompagner et soutenir financièrement les projets individuels ou collectifs des **jeunes girondins de 13 à 25 ans**.

www.gironde.fr

Landes :

Landes Imaginations

Destiné aux **jeunes Landais de 11 à 30 ans**, ce dispositif partenarial accompagne les initiatives de jeunes dans des domaines variés (*solidarité, culture, sport...*), tant qu'elles favorisent la participation locale et l'intérêt général. Sont exclus les projets scolaires, les créations d'entreprise, et les actions humanitaires d'urgence. Le dispositif est issu de la collaboration de l'État, la Caf des Landes, la MSA Sud Aquitaine, la Région Nouvelle-Aquitaine et du Département des Landes. Il offre un soutien au montage du projet (*avec l'appui d'organisations landaises*) et des aides financières.

www.caf.fr (Landes)

<https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr>

www.land.es.fr

Pyrénées-Atlantiques :

Projets Jeunes 64

Les **jeunes de 11 à 25 ans**, constitués en association ou accompagnés par une structure d'accueil de jeunes et portant un projet d'intérêt général, peuvent bénéficier d'un accompagnement et d'un soutien financier.

Le dispositif est proposé par le Département des Pyrénées-Atlantiques, en partenariat avec d'autres structures du territoire.
www.le64.fr

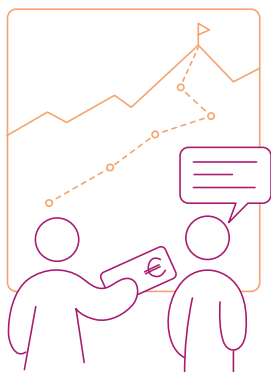
Vienne :

Innov Jeunes - Fonds pour la coopération et l'initiative des jeunes

La Caf de la Vienne aide à l'émergence de projets et d'actions des **jeunes âgés de 11 à 17 ans**. Ce fonds a pour objectif de favoriser le développement d'une démarche participative des jeunes. Financement jusqu'à 80 % du coût du projet dans la limite de 5 000 €. www.caf.fr

→ Autres aides locales

Certaines intercommunalités et communes proposent des aides pour des voyages à l'étranger.



N'hésitez pas à solliciter l'aide de votre référent Eurodesk ou votre conseiller So Mobilité local (voir contacts. p.81 et sur le site somobilite.fr).

→ Aides d'associations et de fondations privées

• La bourse Zellidja

(jusqu'à 900 €) est proposée aux **16-20 ans (inclus)** pour un projet d'étude réalisé à l'occasion d'un voyage en solitaire. Le thème est laissé au choix du candidat et le voyage doit se dérouler sur un mois minimum.

www.zellidja.com

• La bourse de la vocation de la Fondation Marcel Bleustein-Blanchet aide les **jeunes de 18 à 30 ans** qui ont des difficultés à réaliser leur vocation, en soutenant des projets de développement professionnel et individuel, en France et à l'étranger.

<https://fondationdelavocation.org>

• Il existe des bourses d'aventure permettant de financer des projets d'exploration individuels ou collectifs à pied, à cheval, à vélo, en canoë, etc., en France ou à l'étranger !

<https://la-gilde.org>
www.bourses-expe.com
<http://millet-expedition-project.com>

• D'autres bourses sont disponibles sur :

www.centre-francais-fondations.org
www.fondationdefrance.org

Voyager durablement

Nous avons tous un rôle à jouer pour préserver notre environnement.

Nous vous invitons donc à mener une réflexion sur vos modes de déplacement et de consommation. Limitez votre impact sur la planète en modifiant plusieurs de vos habitudes : utilisez des modes de déplacement doux, consommez local et de saison, réduisez votre consommation de viande, diminuez vos déchets...

Et si on voyageait autrement ?

Pour agir contre le réchauffement climatique, il est urgent de revoir nos habitudes et d'adopter un comportement responsable, à commencer par réduire nos voyages en avion.

Sachant qu'un trajet en avion émet 1 500 fois plus de CO₂ que le train, il serait raisonnable de ne recourir au transport aérien qu'en l'absence d'alternatives possibles. Prenez vos billets à l'avance pour bénéficier du meilleur tarif et lisez bien les conditions (*enregistrement en ligne, dimensions et poids des bagages*) **qui varient selon les compagnies.**

Réduire les voyages en avion est un engagement majeur pour la planète, mais il n'est pas facile de s'en passer complètement ! C'est pourquoi

des sites permettent désormais de calculer et compenser votre bilan carbone. Un moindre mal pour la planète !

www.goodplanet.org

<https://greentripper.org>

Sites internet facilitant la recherche d'itinéraires doux

Plusieurs sites internet permettent de planifier un trajet bas carbone à l'étranger en ayant des informations complètes sur des itinéraires alternatifs.

www.hourrail.voyage

www.rome2rio.com

www.omio.fr

→ Itinéraires durables : bons plans de transport

Certains pays ou régions ont mis en place une politique tarifaire favorable à l'utilisation de modes de déplacements doux (*gratuité des transports en commun au Luxembourg, forfait mensuel unique pour la plupart des transports en Allemagne, billet forfaitaire avec voyages illimités pour un séjour en Suisse...*).

D'autres proposent des itinéraires cyclables bien développés.

Voici quelques ressources pour vous aider à planifier vos voyages verts :



www.raileurope.com
www.thetrainline.com
www.eurail.com/en/plan-your-trip
www.happyrail.com
www.b-europe.com
www.mollow.eu



- *N'hésitez pas à consulter les sites internet de compagnies ferroviaires nationales pour plus de bons plans !*
- **Le Pass Interrail** vous propose de voyager en train de manière illimitée en Europe. Les tarifs varient en fonction de la durée de votre séjour et de votre âge.
www.interrail.eu



www.blablacar.fr/bus
www.flixbus.fr



Les adeptes du "slow travel" (un état d'esprit qui privilégie l'aspect qualitatif du voyage à la quantité de sites visités) pourront trouver leur itinéraire sur **EuroVelo**, un réseau de pistes

cyclables sur le continent européen qui compte plus de 90 000 km.
<https://fr.eurovelo.com>

Un autre site facilitant les itinéraires vélo :
<https://geovelo.app/fr>

Programmes verts

→ Discover EU

DiscoverEU est une initiative du programme européen Erasmus+ permettant **aux jeunes Européens de 18 ans** de remporter un pass Interrail pour explorer l'Europe principalement **en train**. Ils peuvent voyager seuls ou en groupe avec des amis. **Deux périodes de candidature sont organisées chaque année, au printemps et à l'automne**. En tant que lauréat, vous bénéficiez aussi de réductions pour des activités culturelles, sportives et sur des transports locaux. Les candidats doivent résider dans un pays de l'UE ou dans certains pays associés à Erasmus+. Pour participer, **vérifiez bien si votre date de naissance correspond** à l'appel à candidature concerné et rendez-vous sur le Portail européen de la jeunesse.

Le volet "Inclusion" de DiscoverEU permet par ailleurs à des jeunes plus défavorisés (18 à 21 ans) de bénéficier de moyens supplémentaires et de partir soit en autonomie soit avec un accompagnateur.
https://youth.europa.eu/discovereu_fr

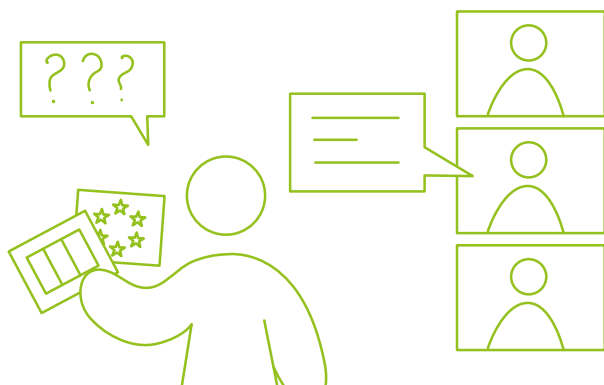
→ Erasmus + et Corps européen de solidarité (forfait voyage vert)

Erasmus+ et le Corps européen de solidarité sont deux programmes de l'Union européenne qui offrent des opportunités uniques aux jeunes Européens. Erasmus+ englobe une gamme étendue d'opportunités éducatives, tandis que le Corps européen de solidarité se concentre sur des projets de solidarité. Dans

les deux cas, l'accent est mis sur la mobilité durable, incitant les participants à voyager de manière respectueuse de l'environnement. En privilégiant des modes de transport éco-responsables, les bénéficiaires ont la possibilité d'augmenter substantiellement le remboursement de leurs frais de voyage.

<https://info.erasmusplus.fr>

https://youth.europa.eu/solidarity_fr



FranceMobil

FranceMobil évolue et devient plus durable ! Les animateurs ne se déplacent plus exclusivement en voiture. Ils privilégient désormais des mobilités plus douces et respectueuses de l'environnement. Aussi, grâce à la possibilité des animations en ligne, les élèves ont la possibilité de bénéficier de la plus-value de FranceMobil à distance, tout en conservant l'approche ludique et interactive des animations.

www.francemobil.fr

www.ofaj.org

→ **Renseignez-vous
auprès de votre municipalité
pour des initiatives locales !**

De nombreuses villes ou agglomérations proposent des initiatives et/ou des aides financières (*pour l'achat de vélos, le financement de voyages durables vers les villes jumelles, etc.*) pour encourager leurs résidents, en particulier les jeunes, à adopter des modes de déplacement éco-responsables.

Adressez-vous à votre mairie ou votre intercommunalité pour présenter votre projet de départ à l'étranger et solliciter éventuellement un soutien financier !

Pour plus d'informations sur la mobilité durable, visitez la rubrique "Voyager durablement" sur le site **So Mobilité**. Vous y trouverez des conseils, des témoignages et des ressources utiles, comme **les fiches pays "Cap sur l'Europe" d'Eurodesk France**, qui fournissent, entre autres, des informations sur les transports dans les pays de l'UE.

www.somobilite.fr



PORTAIL EUROPEEN DE LA JEUNESSE



europa.eu/youth

Envie de nouvelles expériences ?

Connecte-toi sur le portail européen de la jeunesse pour découvrir les initiatives qui te permettront d'apprendre, de travailler ou de faire du volontariat en Europe et au-delà, et de faire entendre ta voix en tant que citoyen européen.



Financé par
l'Union européenne



eurodesk

Sites internet utiles

→ Informations générales

L'Europe est à vous

<https://europa.eu/youreurope>

Portail européen de la jeunesse

https://youth.europa.eu/home_fr

Découvrir le monde

www.decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr

Toute l'Europe

www.touteleurope.eu

So Mobilité

www.somobilite.fr

→ Programmes européens

Portail des Agences Erasmus+

<https://info.erasmusplus.fr>

Agence Erasmus+ France

Education et Formation

<https://agence.erasmusplus.fr>

Agence Erasmus+ France

Jeunesse & Sport

www.erasmusplus-jeunesse.fr

Corps européen de solidarité

https://youth.europa.eu/solidarity_fr (site officiel)
www.corpseuropeensolidarite.fr

→ Études

Eurydice, le réseau européen sur les systèmes éducatifs

<https://eurydice.eacea.ec.europa.eu>

Euroguidance

www.euroguidance-france.org

Ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse

www.jeunes.gouv.fr

Ministère de l'Enseignement supérieur

www.enseignementsup-recherche.gouv.fr

→ Emploi

EURES, réseau européen des services de l'emploi

<https://eures.europa.eu>

Europass

<https://europass.europa.eu>

France Travail

www.francetravail.fr

Reconnaissance professionnelle

www.enic-naric.net

Ministère de l'Europe

et des Affaires étrangères

www.diplomatie.gouv.fr

→ Partir autrement

Service Civique

www.service-civique.gouv.fr

Chantiers internationaux

www.cotravaux.org

Volontariat de solidarité internationale

www.france-volontaires.org

Volontariat international en entreprise/administration

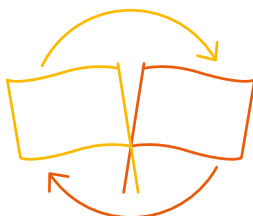
<https://mon-vie-via.businessfrance.fr>

Échanges franco-allemands

www.ofaj.org

Échanges franco-québécois

www.ofqj.org



Le réseau Eurodesk

Eurodesk est un réseau européen spécialisé dans la mobilité des jeunes en Europe et à l'international. Il réunit plus de 3 000 référents dans 37 pays et est soutenu par la Commission européenne. En France, près de 150 coordinateurs et référents sont présents dans les structures Info Jeunes en métropole et Outre-mer pour vous aider à concrétiser votre projet à l'étranger. Le réseau Eurodesk France est coordonné par le CIDJ (*Centre d'information et de documentation jeunesse*) à Paris.

<https://eurodesk.eu>
www.cidj.com

Ce réseau d'experts apporte des réponses sur mesure aux demandes des jeunes, conçoit des ressources, organise des événements, forme les professionnels et contribue à l'animation du Portail européen de la jeunesse.



Eurodesk recense de nombreuses opportunités de stages, volontariats, bourses, concours... pour bouger en Europe et un peu plus loin.

<https://programmes.eurodesk.eu/learning>



Besoin d'être conseillé
sur votre projet à l'étranger ou
de contacter un professionnel
de la mobilité dans votre futur
pays de destination ?

Contactez-nous !
<https://map.eurodesk.eu>

Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine



→ Info Jeunes, c'est quoi ?

Un réseau pour informer et aider gratuitement les jeunes sur toutes les thématiques (études, santé, logement, emploi, loisirs, engagement, départs à l'étranger...).

> En Nouvelle-Aquitaine, plus de 130 lieux d'accueil publics ou associatifs labellisés Info Jeunes sont à disposition des jeunes pour les accompagner dans leur parcours. Parmi eux, **environ 30 sont labellisés Eurodesk** et sont donc plus spécialisés sur la mobilité internationale.
www.infojeunes-na.fr

L'association Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine coordonne le réseau Info Jeunes et Eurodesk dans la région.

Suivez-nous sur les réseaux sociaux :

Instagram :

• Bordeaux :

@infojeunesbordeaux

• Limoges :

@infojeuneslimoges

• Poitiers :

@infojeunespoitiers

Serveur Discord : discord.
gg/8WYd9m52Ts

Chaîne Youtube :

Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine

So Mobilité

Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine anime également le site d'information en Nouvelle-Aquitaine pour la mobilité internationale des jeunes : *So Mobilité.*

Actualités, événements, témoignages, offres de mobilité, boîte à outils... de nombreux services sont regroupés sur ce site internet pour les jeunes néo-aquitains souhaitant partir à l'étranger. Un espace est également dédié aux professionnels.

Vous avez aussi la possibilité de prendre rendez-vous directement en ligne avec **un vaste réseau de plus de 80 conseillers So Mobilité !**
www.somobilite.fr



Structures Info Jeunes et eurodesk en région

Charente

Info Jeunes Cognac

CCAS de Cognac
4 rue Clément Ader
16100 COGNAC
07 63 74 79 98
marie.falcon@ville-cognac.fr
www.ville-cognac.fr
f Marie-Infojeunes

Info Jeunes Angoulême - Charente

Centre Information Jeunesse
d'Angoulême
4 place du Champ de Mars
16000 ANGOULÊME
05 45 37 07 30
europedirect.descharentes@info-jeunesse16.com
www.europe-direct-charentes.eu
@europe_direct_des_charentes

Info Jeunes La Rochelle - Charente Maritime

CDIJ La Rochelle
Ecole Dor - 24 rue Saint
Jean du Pérot
17000 LA ROCHELLE
05 46 41 16 36
accueil@cdij17.fr
www.infojeunesse17.com
 Info Jeunes 17
 @infojeunes17

Info Jeunes Vals de Saintonge

Communauté de communes
Vals de Saintonge
37 rue Porte de Niort
17400 SAINT-JEAN-D'ANGÉLY
05 46 33 65 35
bij@valsdesaintonge.fr
www.valsdesaintonge.fr
 @ij_valsdesaintonge

Info Jeunes Saintonge

Mission Locale
de la Saintonge
15 rue Saint-Eutrope
17100 SAINTES
05 46 97 49 50
chakori.z@mlsaintonge.fr
www.mlsaintonge.fr
 @infojeunessaintonge

Info Jeunes Rochefort

Mairie de Rochefort -
Espace Jeunes
27-29 avenue des
Déportés et Fusillés
17300 ROCHEFORT
05 46 82 91 81
alexandre-de-oliveira-
maia@ville-rochefort.fr
www.ville-rochefort.fr
 espacejeunesrochefort

Info Jeunes Ile d'Oléron

Communauté de communes
de l'Ile d'Oléron
9 avenue de Bel Air
17310 SAINT-PIERRE
D'OLÉRON
05 46 76 63 07 /
06 46 28 30 76
bij@cdc-oleron.fr
www.cdc-oleron.com
 @bij.oleron

Corrèze

Info Jeunes Ventadour Egletons Monédières

Espace Jeunes de
la Communauté
de communes de
Ventadour-Egletons-
Monédières
Square Uffenheim
19300 EGLETONS
05 55 93 12 04
espace-jeunes@cc-
ventadour.fr
www.cc-ventadour.fr
 espacejeunesegletons
 @espacejeunesegletons

Creuse

Info Jeunes Creuse - La Souterraine

Maison des Jeunes
et de la Culture
27 rue de Lavaud
23300 LA SOUTERRAINE
05 19 02 10 34
direction.alsh@mjclasout.fr
<https://mjclasout.fr>

Deux-Sèvres

Info Jeunes CIJ Niort

Mission Locale
Sud Deux-Sèvres
4 rue François Viète
79000 NIORT
05 49 17 50 53
cij-mls@mls79.fr
www.mission-locale-sud79.fr
 cij.jeuneaniort
 cij_niort

Dordogne

Info Jeunes Com' d'Agglo Bergeracoise

Info Jeunes Espace Jeunes
Communauté d'agglomération
Bergeracoise
22 place Gambetta
24100 BERGERAC
05 53 58 11 77
ij.ej@la-cab.fr
[www.la-cab.fr/bureau-
information-jeunesse](http://www.la-cab.fr/bureau-information-jeunesse)
 Info Jeunes-Espace
Jeunes de la CAB
 @bij.espace.jeunes.
bergerac.cab

Info Jeunes Périgueux

Mairie de Périgueux
10 bis avenue Georges
Pompidou
24000 PÉRIGUEUX
05 53 53 52 81
cij@perigueux.fr
www.perigueux-jeunesse.fr
 jeunesaperigueux
 @infojeunesperigueux

Gironde

Info Jeunes

Nouvelle-Aquitaine / Bordeaux

125 Cours d'Alsace
et Lorraine
33000 BORDEAUX
05 56 56 00 56
bordeaux@crijna.fr
www.infojeunes-na.fr
 @infojeunesbordeaux

Info Jeunes Bègles

Mairie de Bègles
21 rue Calixte Camelle
33130 BÈGLES
05 56 49 06 34
bij@mairie-begles.fr
www.mairie-begles.fr
 @jeunes2begles

Info Jeunes Libourne

Communauté
d'agglomération
du Libournais
Résidence Quilliot
33 allées Robert Boulin
33500 LIBOURNE
05 57 74 06 52
bij-libourne@lcalci.fr
www.lcalisphre-jeunesse.fr
 IJ-Libourne
 @bijlibourne

Info Jeunes Méridnac

Mairie de Méridnac -
Médiathèque
Place Charles de Gaulle
33700 MÉRIGNAC
05 57 00 02 40
bij@merignac.com
www.merignac.com
 [merignacjeunesse](https://www.facebook.com/merignacjeunesse)
 [@merignacjeunesse](https://www.instagram.com/merignacjeunesse)

Info Jeunes Pessac

Mairie de Pessac
Le 12-25 info jeunes
et initiatives étudiantes
2 bis avenue Dulout
33600 PESSAC
05 57 93 67 80
12.25@mairie-pessac.fr
www.pessac.fr
 [12-25-Ville de Pessac](https://www.facebook.com/12-25-Ville-de-Pessac)
 [@12.25pessacanimation](https://www.instagram.com/12.25pessacanimation)

Haute-Vienne

Info Jeunes

Nouvelle-Aquitaine / Limoges

Bâtiment 25
64 rue Armand Barbès
87100 LIMOGES
05 55 10 08 00
limoges@crijna.fr
www.infojeunes-na.fr
 [@infojeuneslimoges](https://www.instagram.com/infojeuneslimoges)

Landes

Info Jeunes MACS

Communauté de communes
Maremne - Adour Côte Sud
17 Avenue Georges
Pompidou
40130 CAPBRETON
05 58 41 09 51 /
07 02 16 80 84
escaleinfo@cc-macs.org
www.cc-macs.org

Info Jeunes

Côte Landes Nature

Communauté de Communes
Côte Landes Nature
272 avenue Jean Noël Serret
40260 CASTETS
06 70 68 63 66
infojeunes@cc-cln.fr
<https://cc-cln.fr>
 [infojeunescotelandes
nature](https://www.facebook.com/infojeunescotelandesnature)

Info Jeunes Dax

Mairie de Dax
9 rue de Borda
40100 DAX
05 58 56 59 89
laure.darrigade@dax.fr
servicejeunesse@dax.fr
www.dax.fr
 [servicejeunessedax](https://www.facebook.com/servicejeunessedax)
 [@servicejeunessedax](https://www.instagram.com/servicejeunessedax)

Info Jeunes Chalosse

Hinx Média Loisirs
51 route de Gamarde
40180 HINX
07 87 60 55 77
pij@hinx.fr
 [Fred-IJ-Hinx](https://www.facebook.com/Fred-IJ-Hinx)

Info Jeunes Mimizan

Mairie de Mimizan
5 rue de la gare
40200 MIMIZAN
05 58 09 46 18
06 22 12 34 11
pij@mimizan.com
 [Info-Jeunes Aurélie](https://www.facebook.com/Info-Jeunes-Aurélie)
 [@servicejeunesse
mimizan](https://www.instagram.com/servicejeunessemimizan)

Info Jeunes Mont de

Marsan Agglo

Mont de Marsan
Agglomération
15 rue Lacataye
40000 MONT DE MARSAN
05 58 03 82 63
bij@montdemarsan-agglo.fr
www.montdemarsan.fr
 [PoleJeunesseMdmAgglo](https://www.facebook.com/PoleJeunesseMdmAgglo)
 [@pole_jeunesse_mdm_
agglo](https://www.instagram.com/pole_jeunesse_mdm_agglo)

Lot-et-Garonne

Info Jeunes Marmande

Mairie de Marmande
3 rue de l'Observance
47200 MARMANDE
05 53 93 46 49
bij@mairie-marmande.fr
www.mairie-marmande.fr
 [bijmarmande](https://www.facebook.com/bijmarmande)
 [@bijmarmande](https://www.instagram.com/bijmarmande)

Pyrénées-Atlantiques

Info Jeunes Hendaye

Pôle Jeunesse et
Numérique -
Mairie d'Hendaye
15 rue du Port
64700 HENDAYE
05 59 20 41 41
bij@hendaye.fr
www.hendaye.fr
 [sjn64700](https://www.facebook.com/sjn64700)

Vienne

Info Jeunes

Nouvelle-Aquitaine / Poitiers

45 Place Charles de Gaulle
86000 POITIERS
05 49 60 68 68
poitiers@crijna.fr
www.infojeunes-na.fr
 [@infojeunespoitiers](https://www.instagram.com/infojeunespoitiers)

Info Jeunes Grand

Châtelleraut - Le 4

Communauté
d'agglomération
de Grand Châtelleraut
4 rue Aimé Rasseau
86100 CHÂTELLERAUT
05 49 23 70 00
le4@grand-chatelleraut.fr
www.grand-chatelleraut.fr

Ton site d'info en Nouvelle-Aquitaine
pour bouger à l'étranger



somobilite.fr



Témoignages | Actus | Agenda | Boîte à outils | Prise de rendez-vous | Accompagnement | Offres



info Nouvelle-Aquitaine
jeunes
EXPLORER LES POSSIBLES