

Destination Europe

ET UN PEU PLUS LOIN...
AU DÉPART DE NORMANDIE



édition **2024** Normandie

eurodesk

**POUR PARTIR EN EUROPE,
COMMENCEZ PAR
NOUS RENCONTRER**

EMPLOI

ÉTUDES

STAGES

ÉCHANGES

ALTERNANCE

PROJETS

VOLONTARIAT

Un réseau près de chez vous
www.eurodesk.eu



Avec ce guide Eurodesk destiné aux jeunes normands, Info Jeunes Normandie vous invite à explorer un large choix d'opportunités en Europe et à l'international et vous aide à concrétiser votre projet à l'étranger.

Partir vivre une expérience à l'étranger est un enrichissement inestimable mais peut aussi paraître complexe. Que ce soit pour étudier, faire une année de césure, travailler à l'étranger, s'engager en volontariat ou tout simplement voyager, toutes ces expériences vous apporteront les clés nécessaires pour vous aider à construire votre avenir.

Vivre une expérience en dehors de nos frontières, c'est s'ouvrir à de nouvelles cultures et découvrir de nouvelles façons de faire et de penser. C'est à la fois s'intéresser à l'autre et apprendre à mieux se comprendre, tout en développant ses compétences linguistiques et sa capacité d'adaptation. En quelque sorte, c'est une manière de développer sa tolérance à l'égard du monde qui nous entoure. C'est aussi sortir de sa zone de confort et se dépasser, et il n'est forcément nécessaire de partir loin et longtemps pour en voir les bénéfices.

Ce guide a été conçu pour vous faire connaître les différents dispositifs, vous donner des conseils pratiques et des bons plans, mais aussi vous informer sur les étapes incontournables vous permettant de réussir votre projet à l'étranger.

Des professionnels sont là pour répondre à vos questions et vous accompagner en Normandie.

On vous souhaite de beaux voyages et de belles rencontres !
Retrouvez ce guide en version numérique sur notre site
www.info-jeunes-normandie.fr

L'équipe d'Info Jeunes Normandie

Pour vous repérer plus facilement :



Bon à savoir



Pour personnes en situation de handicap



Pour les personnes mineures



Besoin d'aide ? Contactez-nous



Pour la planète



Mise en garde



Espace d'information et de documentation à Rouen et à Caen, Info Jeunes Normandie accueille gratuitement et sans rendez-vous tous les jeunes, quelle que soit leur situation.

Info Jeunes Normandie et son réseau informent et conseillent les jeunes dans tous les domaines qui les concernent : orientation, études, emploi, job, alternance, stage, accès aux droits, logement, santé, partir à l'étranger, entrepreneuriat et vie quotidienne.

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 Normandie n'engagent pas la responsabilité de la Commission européenne.

Remerciements

Nous tenons à remercier sincèrement l'ensemble de nos partenaires, et plus particulièrement ceux qui ont apporté leur contribution à la rédaction de ce guide :

DRAAF Normandie, Département du Calvados, Département de Seine-Maritime, Département de la Manche, France Travail, Université Rouen Normandie, Info Jeunes Orne, CITIM, Association D'Ecouvres Verte, Eau de Coco.

Ce guide fait partie d'une collection nationale et a été réalisé en coopération avec les coordinateurs régionaux Eurodesk en France.

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.

Edition : 2024

Directeur de la publication : Benoît Vannier
Coordination et rédaction : Claire Conlon, Sophie Girardeau
Rédaction du contenu régional : Céline Fécamp
Mise en page et illustration : Morvan Le Rest, www.morvanlr.fr
Impression : IROPA

ISBN : 979-10-97123-13-0 · Dépôt légal : octobre 2024

SOMMAIRE

ILS SONT PARTIS POUR SE DÉCOUVRIR	—	—	—	—	6
PRÉPARER SON DÉPART ET SON RETOUR	—	—	—	—	7
Langues					
Papiers					
Santé					
Transport					
Logement					
Argent					
Allocations chômage					
Retour					
Valoriser son expérience					
Impôts					
Retraite					
FAIRE DES ÉTUDES	—	—	—	—	12
Quand partir					
Partir à titre individuel					
Partir dans le cadre d'un programme					
Trouver une aide financière					
TROUVER UN STAGE	—	—	—	—	22
Réglementation					
Comment chercher un stage					
Partir dans le cadre d'un programme					
Trouver une aide financière					
Faire un stage hors cursus ou formation					
TROUVER UN EMPLOI, UN JOB	—	—	—	—	29
Comment chercher un emploi					
Reconnaissance professionnelle					
Comment chercher un job					
Préparer sa candidature					
Autres pistes					
FAIRE DU VOLONTARIAT	—	—	—	—	34
Bénévolat et volontariat : quelles différences					
Partir dans le cadre d'un programme					
PARTIR AUTREMENT	—	—	—	—	39
Partir dans le cadre d'un programme					
Partir à l'aventure					
Trouver une aide ou bourse de voyage					
EN SAVOIR PLUS	—	—	—	—	43
L'information à la source					
L'information en Normandie					

ILS SONT PARTIS POUR SE DÉCOUVRIR

CHARLOTTE

« J'ai décidé de partir en voyage à divers endroits pour pouvoir atteindre l'école à laquelle j'aspirais. À la base c'était pour mon avenir professionnel, mais en réalité j'ai appris énormément de choses qui vont au-delà d'un propre métier. »

MARINE

« J'avais beaucoup d'expériences de bénévolat mais ce qui me manquait dans mon parcours, c'était l'anglais. Et l'anglais, moi je n'ai jamais réussi à l'apprendre à l'école. La seule solution, c'était de partir à l'étranger. Pour moi, le fait de partir en Slovénie a été un élément déclencheur et aujourd'hui, la meilleure chose qu'on puisse me souhaiter serait de repartir à l'étranger. »

BÉRANGÈRE

« Je me suis vraiment rendu compte pendant mon Erasmus que c'était facile de voyager, qu'il fallait se lancer et que, même s'il peut toujours y avoir des problèmes, il y a toujours des solutions. Aujourd'hui je ne pense qu'à une chose : voyager davantage. »

SACHA

« Avoir un an de pause entre ma formation et les études, c'était la parfaite excuse pour voyager. J'ai toujours voyagé à la roots parce que mes parents n'avaient pas beaucoup d'argent et on s'est toujours débrouillés en rencontrant des gens, et ça m'a beaucoup inspiré. »

Retrouvez d'autres témoignages de jeunes dans le podcast « Partir pour se découvrir » disponible sur toutes les plateformes de podcast, sur www.cidj.com et sur [@EurodeskFR](https://twitter.com/EurodeskFR)

PRÉPARER SON DÉPART ET SON RETOUR

Un séjour à l'étranger nécessite un minimum de préparation. Les éléments suivants méritent une attention particulière.

LANGUES

Testez votre niveau et commencez à vous imprégner de la langue du pays grâce aux MOOCs, applis, films et séries en V.O, cafés et tandems linguistiques, ou en échangeant en ligne.

www.tandem-linguistique.org
www.bbc.co.uk/learningenglish
www.50languages.com
www.forvo.com
www.epals.com

Applis : BBC Learning English, Hello Talk, Lieve, Speaky, Duolingo, Tandem, Memrise, Lingoclip...
MOOCs : www.fun-mooc.fr
www.fr.coursera.org - www.edx.org



BON À SAVOIR

Créée par le Conseil de l'Europe, la **Journée européenne des langues** est célébrée chaque année le 26 septembre. Et toute l'année, des défis, jeux, concours, blagues, enquêtes et outils pour pratiquer les langues étrangères vous attendent sur : www.edl.ecml.at

EU Academy est une plateforme de cours en ligne développée par la Commission européenne qui permet d'accéder à des cours de langue gratuits proposés dans 29 langues et accessibles aux débutants. www.academy.europa.eu

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, en Islande, au Liechtenstein, en Norvège et en Suisse.

www.europa.eu/youreurope

POUR LES PERSONNES MINEURES

En plus de sa carte d'identité ou de son passeport, toute personne **mineure** qui vit en France et voyage à l'étranger doit avoir une **autorisation de sortie du territoire** (AST) si elle ne voyage pas avec une personne ayant l'autorité parentale. Le formulaire est téléchargeable sur www.service-public.fr et devra être présenté lors du contrôle à la frontière. D'autres documents pourront être demandés selon la situation et/ou le pays de destination.



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

www.diplomatie.gouv.fr

Vous partez ou transitez par un aéroport aux Etats-Unis, au Canada ou au Royaume-Uni ? En plus des papiers mentionnés ci-dessus, pensez à demander avant votre départ une autorisation électronique de voyage aux Etats-Unis (Esa, valable 2 ans, 21 \$), au Canada (AVE, valable 5 ans, 7 \$) et au Royaume-Uni où la mise en oeuvre de l'ETA devrait avoir lieu d'ici à la fin 2024.



BON À SAVOIR

Le **Royaume-Uni** ne faisant plus partie de l'Union européenne, vous pouvez avoir besoin d'un visa pour vous y rendre.

www.brexit.gouv.fr

www.gov.uk/check-uk-visa

Depuis 2024, l'inscription sur un formulaire dédié et validé en préfecture, suffira pour que les élèves français et européens de moins de 19 ans puissent entrer au Royaume-Uni avec une **simple carte d'identité à l'occasion d'un voyage scolaire** de courte durée.

www.brexit.gouv.fr

Le **Programme Vacances Travail (PVT)** est une option intéressante pour aller au-delà de l'Europe ! 15 pays ont signé avec la France des accords qui simplifient l'obtention de visa permettant aux jeunes d'y travailler ou de voyager.
Plus d'infos p.32

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, en Suisse et au Royaume-Uni. Pour vous faire rembourser des soins reçus à l'étranger, envoyez vos factures avec le formulaire cerfa n°12267 « Soins reçus à l'étranger » rempli à votre caisse d'assurance maladie.

www.ameli.fr

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



BON À SAVOIR

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

TRANSPORT



POUR LA PLANÈTE

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. 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.

Si vous préférez le train, les trains de nuit et les pass Interrail sont d'excellentes options pour voyager en Europe, voire, un peu plus loin !

www.interrail.eu

www.raileurope.com

www.omio.fr/trains

POUR LA PLANÈTE



HOURRAIL !

est un nouveau média 100% voyage bas carbone qui a pour objectif de **faciliter l'organisation de voyages sans avion**, tout en faisant la promotion de nouveaux imaginaires compatibles avec les limites planétaires.

www.hourrail.voyage

Le concours **#DiscoverEU** permet aux jeunes européens de 18 ans (ni plus, ni moins !) de gagner un pass pour voyager en Europe. Tentez votre chance et partez à la découverte de l'Europe en train, en solo ou avec vos amis !

www.europa.eu/youth/discovereu

Plus d'infos p.41

Pensez aussi à d'autres modes de transports plus écologiques comme le bus, le covoiturage ou encore le bateau pour vos déplacements. Le permis de conduire français est valable dans toute l'UE. Au-delà de ces frontières, un permis international ou local peut être exigé.



POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

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.

www.jaccede.com

www.inclusivemobility.eu

LOGEMENT

Auberge de jeunesse, chambre ou canapé chez l'habitant, gîte, pension : ces formules vous dépanneront pour quelques nuits. Pour un séjour de longue durée, la colocation reste souvent la solution.

www.hihostels.com - www.europeanhostels.com - www.hostelz.com -
www.roomgo.net - www.nomadsister.com - www.couchsurfing.com -
www.french.hostelworld.com - www.bedycasa.com - www.uniplaces.com
www.housinganywhere.com - www.erasmus-play.com



POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Airbnb aide les personnes en situation de handicap à trouver des logements 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 (passeport, 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. 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 retraits).

Pensez aux cartes de réduction :



Carte Jeunes européenne www.cartejeunes.fr

Carte d'étudiant internationale www.isic.fr

BON À SAVOIR

Les applis Lydia, Tricount, Revolut ou Splitwise vous aideront à **gérer votre argent** et à faire vos comptes entre amis.



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 voire 6 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 étrangère qui se mettra en contact avec votre conseiller France Travail en France.

www.europa.eu/youreurope
www.pole-emploi.fr

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.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F32823

www.ufe.org

www.pole-emploi.fr/international

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

www.europa.eu/europass

www.youthpass.eu

BON À SAVOIR

Vous souhaitez plus d'infos sur l'Europe ?

Rdv sur www.touteurope.eu, site d'information pédagogique pour décrypter l'actualité européenne et comprendre le fonctionnement de l'UE à travers des articles, podcasts, cartes, quiz, etc.

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.

www.europa.eu/youreurope

www.impots.gouv.fr

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, la Suisse et le Royaume-Uni appliquent la réglementation européenne en matière de sécurité sociale. Une quarantaine d'Etats et de territoires ont également signé une convention avec la France.

www.lassuranceretraite.fr

www.cleiss.fr

#ErasmusByTrain est une association étudiante qui propose des conseils aux étudiants pour rejoindre leur destination Erasmus+ en train.

www.erasmusbytrain.eu

FAIRE DES ÉTUDES

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

— — — QUAND PARTIR — — —

Avant le bac

Un réseau de 580 établissements d'enseignement français (écoles, collèges et lycées) présent dans 139 pays vous permet de suivre un enseignement conforme au programme de l'Éducation nationale. Possibilité de bourse sous conditions.

www.aefe.fr



BON À SAVOIR

Depuis 2022, les lycéens des voies générale et technologique peuvent réaliser une mobilité scolaire à l'étranger. Et depuis 2023, celle-ci peut compter comme une option possible **pour le bac**, si la durée de leur séjour est d'au moins 4 semaines. On parle d'une « **option mobilité** » avec un coefficient 2. En fin de première, les élèves concernés devront **présenter à l'oral** un rapport de mobilité. www.eduscol.education.fr

POUR LES PERSONNES MINEURES



Une année dans un lycée à l'étranger vous permettra d'améliorer considérablement votre niveau de langue. Attention, celle-ci peut s'avérer très chère et ne sera pas reconnue par l'Éducation nationale.

www.unosel.org
www.loffice.org



BON À SAVOIR

Avec le programme **Bourses de mobilité pour les lycées français**, partez passer votre année de 1^{ère} ou de terminale dans un lycée français à Barcelone, Dublin, Madrid, Munich ou Vienne. Le montant de l'aide est calculé en fonction des revenus de la famille.

www.eduscol.education.fr

Les échanges de jeunes du Rotary permettent de partir une année scolaire à l'étranger. Il s'agit d'interrompre sa scolarité en France (le plus souvent après la classe de 2nde ou de 1^ère) pour passer une année de scolarité dans un établissement à l'étranger avec hébergement en famille d'accueil.

www.my.rotary.org

Après le bac

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.



BON À SAVOIR

Une étude d'Eurydice révèle de **profondes inégalités d'accès aux études supérieures en Europe**. Si certains pays comme la Suède, l'Autriche et la Finlande ne réclament aucun frais de scolarité à leurs étudiants (et leur versent même des bourses pouvant s'élever à plus de 10 000 € par an !), d'autres pays, comme l'Irlande, affichent des frais d'inscription pouvant s'élever jusqu'à 30 000 € par an.

Après le bac +2

Le bac +2 est souvent sans équivalence à l'étranger, vous serez probablement admis en première année d'études.

Après le bac +3

C'est le meilleur moment pour partir étudier 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.

BON À SAVOIR



Bachelier ou étudiant, vous pouvez prendre **6 ou 12 mois de césure** avant ou pendant vos études supérieures (et ce, dès la fin du lycée) **pour mener un projet personnel ou professionnel à l'étranger** tout en conservant votre statut et vos bourses étudiantes. Pendant cette période, vous pouvez par exemple effectuer un service civique à l'international, un volontariat du Corps européen de solidarité (CES), un volontariat international en entreprise (VIE) ou en administration (VIA), un volontariat de solidarité internationale (VSI) ou encore un stage à l'étranger. Votre césure terminée, vous pourrez intégrer l'établissement dans lequel vous êtes inscrit ou vous réorienter. Cette période étant encadrée, vous devrez commencer par faire la demande de césure sur Parcoursup et/ou obtenir l'accord d'un établissement d'enseignement supérieur.

www.etudiant.gouv.fr

- - PARTIR À TITRE INDIVIDUEL - -

Trouver un établissement et vous inscrire

Les modalités d'inscription diffèrent selon les établissements et les pays. Informez et préparez-vous à d'éventuels examens d'entrée.

www.euroguidance-france.org - www.studyportals.com

www.umultirank.org - www.iie.org - www.whed.net

Faire reconnaître vos diplômes

Le réseau ENIC-NARIC peut vous délivrer une attestation qui vous aidera à faire reconnaître vos diplômes. Toutefois, l'établissement d'accueil est souvent le seul à évaluer la valeur de votre diplôme. Un conseil : commencez les démarches (attestations, traductions de diplômes...) 1 an à l'avance.

www.france-education-international.fr

PARTIR DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME



BON À SAVOIR

Envie de partir à l'étranger avec Erasmus+ ? Téléchargez l'appli Erasmus+ pour découvrir le guide du programme, les démarches et procédures qui concernent la mobilité qui vous intéresse, et de nombreuses autres infos.
www.erasmusapp.eu

POUR LA PLANÈTE



La transition écologique est une des priorités du programme Erasmus+ (2021-2027). Cela se traduit par le soutien des mobilités à moindre impact carbone, le recours à des activités virtuelles (mobilités hybrides), des aides financières à la mobilité et par des partenariats axés sur l'éducation au développement durable et à la transition environnementale.

www.agence.erasmusplus.fr



POUR LES PERSONNES MINEURES

Les **échanges scolaires Erasmus+** 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. Contactez votre professeur principal, le CPE ou le principal de votre établissement.

www.agence.erasmusplus.fr

Erasmus+ Formation professionnelle

Les élèves et apprentis peuvent obtenir une bourse pour réaliser un stage dans une entreprise européenne, suivre une formation dans un organisme de formation professionnelle en Europe ou participer à des concours de métiers pour une période allant de 1 jour à 1 an selon l'activité menée. Une bourse est prévue pour les frais de voyage, d'hébergement, de restauration et de transport. Son montant varie de 1 084 à 1 460 € par mois selon la destination.

Informez-vous auprès de votre centre de formation.

www.agence.erasmusplus.fr

BON À SAVOIR



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

Erasmus+ Enseignement supérieur

Tous les étudiants inscrits, y compris en alternance, dans un établissement d'enseignement supérieur (comme par exemple les lycées préparant un BTS ; les instituts de formation en soins infirmiers ; les universités préparant un BUT ; une licence, un master ou un doctorat ; ou encore les écoles d'ingénieurs ou de commerce) peuvent réaliser une mobilité d'études de 5 à 12 mois par cycle d'études, en Europe ou à l'international, dès leur 2^{ème} année d'études. Les étudiants peuvent percevoir une bourse dont le montant varie selon le coût de la vie dans leur pays de destination.

La bourse mensuelle Erasmus+ varie entre 225 et 674 € pour les mobilités d'études. Contactez le service des relations internationales de votre établissement ou l'Enseignant Référent pour l'Action Européenne et Internationale (ERAEI) de votre lycée si vous préparez un BTS.

www.agence.erasmusplus.fr



BON À SAVOIR

Les mobilités d'études Erasmus+ peuvent aussi se tenir sous un **format hybride** en combinant des activités virtuelles à une mobilité physique plus courte (5 à 30 jours).

www.agence.erasmusplus.fr

Les étudiants bénéficient de **12 mois de mobilité Erasmus+**, études et/ou stages, **par cycle d'études** (BTS, BUT, licence, master, doctorat).

www.agence.erasmusplus.fr

La **Carte étudiante européenne** est en fait votre carte étudiante nationale émise par votre établissement, mais augmentée d'une dimension européenne, visuelle et électronique, avec un hologramme et une reconnaissance électronique partout en Europe. En plus de faciliter les démarches administratives sans papier, elle vous permet d'accéder aux cours en ligne, de bénéficier de services offerts par l'université d'accueil (logement, restauration, bibliothèque, etc.) et de profiter de réductions sur des activités culturelles ou sur les transports en commun.

www.europeanstudentcard.eu

Masters internationaux Erasmus Mundus

Les étudiants peuvent préparer leur master dans plusieurs pays en effectuant un minimum de deux mobilités en Europe ou dans le monde et ainsi obtenir un diplôme double, multiple ou conjoint.

Consultez le catalogue en ligne et contactez directement 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. La plupart des consortiums exigent que les candidatures soient soumises entre octobre et janvier pour les cours commençant l'année universitaire suivante.

www.eacea.ec.europa.eu

www.agence.erasmusplus.fr



POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Vous êtes en situation de handicap et souhaitez étudier à l'étranger ? Le site Inclusive mobility recense des lieux handi-friendly et les différents niveaux d'accessibilité des universités en Europe. Erasmus+ couvre aussi les frais liés à votre handicap ou à votre affection longue durée (ALD) : le suivi médical, la rémunération d'un auxiliaire de vie, un hébergement ou transport spécifique.

www.inclusivemobility.eu

www.exchangeability.eu

www.agence.erasmusplus.fr

POUR LES PERSONNES MINEURES



Avec **Québec Métiers d'Avenir**, il est possible de partir suivre l'une des 100 formations professionnelles disponibles au Québec dès l'âge de 17 ans (et sans limite d'âge !). Pour cela, vous devrez démontrer que vous disposez de ressources financières suffisantes pour réaliser votre projet d'études.

www.quebecmetiersdavenir.com

Le « Tour de France » des Compagnons du Devoir

L'association propose à ses Compagnons de moins de 25 ans d'opter pour la « Prépa Tour de France ». Cette formation en alternance inclut une période d'1 an à l'étranger pendant laquelle les « itinérants » perçoivent une bourse Erasmus+.

www.compagnons-du-devoir.com

Programmes bilatéraux et échanges interuniversitaires

De nombreuses écoles et universités ont signé des accords d'échanges ou de formations en double cursus avec des établissements à l'étranger. Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

www.micefa.org

www.bci-qc.ca

www.movetia.fr

Le programme européen Erasmus+ vous donne rdv chaque année en octobre pour fêter les **#ErasmusDays** ! Rejoignez les festivités en participant aux activités et/ou en créant la vôtre.

Pour connaître les dates et en savoir plus :

www.erasmusdays.eu

— TROUVER UNE AIDE FINANCIÈRE —

Aides européennes

Des plateformes recensent plus d'un millier de bourses disponibles dans le monde entier.

www.european-funding-guide.eu

www.scholarshipportal.com

Bourse Politique européenne de voisinage (PEV-UE)

Les étudiants français titulaires d'un master et admis au Collège d'Europe à Bruges (Belgique) ou à Natolin (Pologne) peuvent percevoir une bourse couvrant leurs frais de scolarité, de nourriture et d'hébergement.

www.coleurope.eu



POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Google Europe propose des bourses aux jeunes en situation de handicap qui étudient les sciences informatiques. Elles donnent droit à 7 000 € pour poursuivre leurs études pendant 1 an dans une université en Europe ou en Israël à la rentrée 2024.

www.buildyourfuture.withgoogle.com/scholarships

Aides nationales

Aide à la mobilité internationale (sur critères sociaux)

Les étudiants boursiers souhaitant suivre une formation supérieure de 2 à 9 mois à l'étranger, dans le cadre de leurs études, peuvent bénéficier d'une allocation mensuelle de 400 € s'ils préparent un diplôme national relevant de la compétence du ministère chargé de l'enseignement supérieur. Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

www.etudiant.gouv.fr

Aides régionales

Pass Monde - Région Normandie

Ce dispositif est destiné aux jeunes normands et à tous les apprenants dès la fin du collège et jusqu'à 5 années après le baccalauréat (lycéens, étudiants en formation initiale, apprentis, stagiaires de la formation professionnelle) qui partent pour un stage ou un séjour d'études à l'étranger s'inscrivant dans leur parcours de formation.

www.normandie.fr/pass-monde

Pass Monde Etudes Secondaires / Pass Monde Etudes Supérieures

Aides départementales

Topé-là ! - Département de la Seine-Maritime

Les jeunes seino-marins de 16 à 25 ans peuvent bénéficier d'une aide du département afin de financer un projet de mobilité (stages, séjours linguistiques). Cette bourse peut s'élever jusqu'à 400€. En contrepartie le jeunes s'engage à effectuer 40h de bénévolat dans une association ou une collectivité territoriale.

www.seinemaritime.fr rubrique mon quotidien/jeunesse

rubriques mon quotidien / jeunesse

Bourse d'enseignement supérieur à l'étranger - Département de l'Orne

Les étudiants ornais devant réaliser un séjour d'études à l'étranger dans leur cursus universitaire peuvent bénéficier d'une bourse du Conseil Départemental.

www.orne.fr

rubriques Services / Education et jeunesse / Les aides à l'éducation et à la jeunesse

BON À SAVOIR



Les **aides spécifiques** (ponctuelles ou annuelles) sont cumulables avec une aide à la mobilité internationale. Elles peuvent être demandées par les étudiants de moins de 35 ans. Pour les personnes en situation de handicap, il n'y a pas de limite d'âge.

www.etudiant.gouv.fr

Aides par pays :

Allemagne

L'**Office franco-allemand pour la jeunesse** (OFAJ) soutient des programmes individuels d'échange scolaire pour les collégiens et lycéens (programmes Sauzay et Voltaire), des séminaires universitaires franco-allemands pour les étudiants, 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.

www.daad-france.fr

L'**Université franco-allemande** (UFA) offre à ses étudiants, sous conditions, une aide à la mobilité de 350 € par mois pour effectuer un séjour d'études dans un autre pays.

www.dfh-ufa.org/fr

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

www.ciera.fr



BON À SAVOIR

Les étudiants de 18 ans et plus inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur français ou allemand peuvent participer au **concours photo franco-allemand** en envoyant une photo de leur création sur le thème « **Mon Espace** ». Le jury, composé de représentants du Cnous, du DSW et de l'OFAJ, sélectionnera les lauréats à qui il remettra 3 prix allant de 500 à 1 000 €.

www.concours-wettbewerb.eu

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.

www.dialogo.es

Pays-Bas

Le **réseau franco-néerlandais** accorde des bourses d'excellence de 500 à 1 000 € aux étudiants français en master et doctorat, toutes disciplines confondues, qui souhaitent effectuer un séjour d'études ou de recherche aux Pays-Bas.

www.nlfr.eu/bourses

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** propose une bourse d'études « Entente Cordiale Herbert Smith Freehills » de 10 000 € aux étudiants en droit désireux de suivre un programme de master LLM au Royaume-Uni. Elle propose aussi, une bourse d'études « Entente Cordiale pour le Climat » de 10 000 € aux étudiants de master et de doctorat qui partent dans une université britannique pour étudier les questions environnementales.

www.britishcouncil.fr



POUR LA PLANÈTE

Le **British Council** propose aussi une bourse d'études « **Entente Cordiale pour le Climat** » de 10 000 € aux étudiants de master et de doctorat qui partent dans une université britannique pour étudier les questions environnementales.

www.britishcouncil.fr

BON À SAVOIR

Depuis le Brexit, il appartient à chaque établissement d'enseignement supérieur au Royaume-Uni d'octroyer ou non des bourses aux étudiants européens. Si vous souhaitez rejoindre une université en particulier, consultez le site internet de l'établissement en question.

Si votre choix est conditionné à une aide éventuelle, jetez un œil à la **liste des bourses d'études disponibles sur UCAS**, le système d'admission post-bac britannique. Enfin, vous pouvez aussi vous rendre sur **Study UK**, le moteur de recherche du British Council pour voir les bourses qui correspondent à votre profil.

www.ucas.com

www.search-study-uk.britishcouncil.org



Suisse

Le **Programme suisse Erasmus+** propose une bourse pour l'enseignement tertiaire intitulée **Swiss-European Mobility Programme** (SEMP). Il offre aux institutions d'enseignement tertiaire la possibilité de soutenir financièrement les étudiants, le corps professoral ainsi que le personnel administratif pour des séjours d'études, de stage, d'enseignement ou de formation continue à l'étranger.

Canada

L'**Office franco-québécois pour la jeunesse** (OFQJ) et **Québec métiers d'avenir** soutiennent les Français de 18 à 35 ans (étudiants, demandeurs d'emploi ou personnes en réorientation) qui souhaitent suivre une formation professionnelle et technique (en français ou en anglais) de 1 à 2 ans au Québec, en leur attribuant une aide de 300 €. Les participants doivent s'inscrire à un cursus de formation professionnelle avec Québec métiers d'avenir, effectuer les démarches pour obtenir leur permis de travail auprès de Citoyenneté Immigration Canada et soumettre leur projet sur le site de l'OFQJ.

www.ofqj.org

www.quebecmetiersdavenir.com

Le ministère de l'Éducation du Québec (MEQ) encourage les étudiants internationaux qui se démarquent de façon exceptionnelle à partir suivre une formation professionnelle au Québec en finançant des Bourses d'excellence (dont le montant varie entre 14 000 \$ et 26 600 \$), et un programme d'Exemption des droits de scolarité. Il suffit d'envoyer une candidature pour postuler aux deux programmes. Ces programmes sont financés par le ministère et mis en œuvre par Éducation Internationale - Québec métiers d'avenir.

www.quebecmetiersdavenir.com

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 \$ par an, pendant 3 ans.

www.vanier.gc.ca

Chine

L'**Institut Confucius** propose des bourses d'études aux Français qui étudient la langue chinoise, la littérature, l'histoire, la philosophie chinoise, la médecine traditionnelle chinoise ou le tai chi en Chine. Ces bourses s'étendent sur une durée de 4 mois à 2 ans.

www.institutconfucius.fr

Taiwan

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.

www.depart.moe.edu.tw/FR

États-Unis

La Commission Fulbright permet aux étudiants français de bénéficier d'aides pour participer à un de ses programmes d'études (niveau master ou doctorat). Une candidature au programme Étudiant Fulbright suffit pour postuler à plusieurs bourses, toutefois il vous appartient d'effectuer les démarches d'admission auprès des universités américaines.

www.fulbright-france.org

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

BESOIN D'AIDE ? CONTACTEZ-NOUS !

Certaines bourses sont cumulables ! N'hésitez pas à solliciter l'aide de **votre référent Eurodesk local** (voir contacts en page 43) et/ou à contacter la **structure Info Jeunes** la plus proche de chez vous pour savoir quelles bourses existent pour vous !

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

www.fondationdelavocation.org

www.fundit.fr

www.fondationmartineaublet.fr

www.fondationvallet.or

Le programme européen Erasmus+ vous donne rdv chaque année en octobre pour fêter les **#ErasmusDays** ! Rejoignez les festivités en participant aux activités et/ou en créant la vôtre.

Pour connaître les dates et en savoir plus :

www.erasmusdays.eu



TROUVER UN STAGE

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

— — — RÉGLEMENTATION — — —

En France, un stage s'inscrit toujours dans une formation en lien avec un diplôme. 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 en cours dans la destination choisie.

Convention de stage

En France, un stage est formalisé par la signature d'une convention tripartite. A 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.european-mobility.eu

www.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



BON À SAVOIR

Les élèves de l'enseignement général et technologique qui effectuent une mobilité à l'étranger d'au moins 2 semaines en classe de 2nde (ou d'au moins 4 semaines en classe 1^{ère}) pendant le dernier mois de l'année scolaire pourront être **dispensés du stage d'observation**. Autre alternative à ce stage désormais obligatoire : avoir effectué un séjour de cohésion du Service national universel (SNU) ou prévoir de le faire au mois de juin. www.legifrance.gouv.fr

— COMMENT CHERCHER UN STAGE —

6 conseils pour optimiser vos recherches

- 1 Commencez les démarches environ 6 mois à l'avance,
- 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 dans la langue et selon les pratiques du pays,
- 6 Personnalisez vos candidatures 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 ayant des filiales en France et d'autres entreprises locales.

www.ccifrance-international.org

www.artisanat.fr

www.europages.fr

www.wayp.com

Répondre à des offres sur des sites spécialisés

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

www.erasmusintern.org

www.erasmusjobs.org

www.aidostage.com

www.iagora.com

www.iquesta.com

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 !

www.epso.europa.eu

www.diplomatie.gouv.fr

www.oecd.org www.fr.unesco.org

www.careers.un.org

www.unric.org

www.programmes.eurodesk.eu

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

MISE EN GARDE

Comment savoir si un organisme qui propose des stages ou jobs « clés en main » est fiable ?

- ➔ A 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, et donc soumis au droit français

PARTIR DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME

Erasmus+ Enseignement supérieur

Tous les étudiants inscrits, y compris en alternance, dans un établissement d'enseignement supérieur (comme par exemple les lycées préparant un BTS ; les instituts de formation en soins infirmiers ; les universités préparant un BUT ; une licence, un master ou un doctorat ; ou encore les écoles d'ingénieurs ou de commerce) peuvent réaliser une mobilité de stage de 2 à 12 mois par cycle d'études, en Europe ou à l'international, dès leur 1ère année d'études. Les étudiants reçoivent une bourse dont le montant varie selon le coût de la vie dans leur pays de destination. La bourse mensuelle Erasmus+ varie entre 375 et 824 € pour les mobilités de stage. Contactez le service des relations internationales de votre établissement ou l'Enseignant Référent pour l'Action Européenne et Internationale (ERAEI) de votre lycée si vous préparez un BTS.

www.agence.erasmusplus.fr



BON À SAVOIR

Les stages Erasmus+ peuvent aussi se tenir sous un **format hybride** en combinant des activités virtuelles à une mobilité physique plus courte (5 à 30 jours).

www.agence.erasmusplus.fr

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 !

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 créée par l'OFAJ vous permettra d'apprendre l'allemand en ligne, de préparer vos premiers jours dans votre pays d'accueil, futur lieu de travail, etc.

www.parkur.ofaj.org

Savez-vous qu'il est possible d'effectuer un **stage à l'étranger**, y compris en dehors d'un cursus, **dans le cadre d'une césure** ?

www.etudiant.gouv.fr

Voyager pour apprendre les métiers d'art - Fondation Culture & Diversité

Ce programme permet à des étudiants boursiers en fin d'études en métiers d'art d'effectuer un voyage d'études de 4 mois chez des artisans d'art à l'étranger.

www.fondationcultureetdiversite.org

— TROUVER UNE AIDE FINANCIÈRE —

Aides nationales

Aide à la mobilité internationale (sur critères sociaux)

Les étudiants boursiers souhaitant faire un stage en entreprise de 2 à 9 mois à l'étranger dans le cadre de leurs études peuvent bénéficier d'une allocation mensuelle de 400 € s'ils préparent un diplôme national relevant de la compétence du ministère chargé de l'Enseignement supérieur. Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

www.etudiant.gouv.fr



POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Erasmus+ prévoit aussi un **complément « Inclusion »** de 250 € pour accompagner les jeunes les moins favorisés et ceux en situation de handicap ou souffrant d'une affection longue durée (ALD).

www.agence.erasmusplus.fr

Aides régionales

Pass Monde - Région Normandie

Ce dispositif est destiné aux jeunes normands et à tous les apprenants dès la fin du collège et jusqu'à 5 années après le baccalauréat (lycéens, étudiants en formation initiale, apprentis, stagiaires de la formation professionnelle) qui partent pour un stage ou un séjour d'étude à l'étranger s'inscrivant dans leur parcours de formation.

www.normandie.fr/pass-monde

Pass Monde Etudes Secondaires / Pass Monde Etudes Supérieures

Aides départementales

Topé-là ! - Département de la Seine-Maritime

Les jeunes seino-marins de 16 à 25 ans peuvent bénéficier d'une aide du département afin de financer un projet de mobilité (stages, séjours linguistiques dans le cadre scolaire). Cette bourse peut s'élever jusqu'à 400€. En contrepartie le jeunes s'engage à effectuer 40h d'engagement volontaire dans une association, une collectivité locale ou un EPHAD de Seine-Maritime.

www.seinemaritime.fr

rubriques Mon quotidien / jeunesse

Bourse d'enseignement supérieur à l'étranger - Département de l'Orne

Les étudiants ornois devant réaliser un séjour d'études à l'étranger dans leur cursus universitaire peuvent bénéficier d'une bourse du Conseil Départemental.

www.orne.fr

rubriques Services / Education et jeunesse / Les aides à l'éducation et à la jeunesse

BESOIN D'AIDE ? CONTACTEZ-NOUS !



Certaines bourses sont cumulables ! N'hésitez pas à solliciter l'aide de **votre référent Eurodesk local** (voir contacts p.43) et/ou à contacter la **structure Info Jeunes** la plus proche de chez vous pour savoir quelles bourses existent pour vous !

Autres aides

Bourse de stage pendant les études ou la formation – OFAJ

Les étudiants inscrits en université ou en école supérieure, en BTS ou en formation professionnelle, technologique ou agricole, qui doivent faire un stage d'au moins 4 semaines pendant leur cursus, peuvent recevoir une bourse de 300 € par mois via l'OFAJ s'ils partent en Allemagne.

www.ofaj.org

Bourse pour un job (ou stage) dans la ville jumelée – OFAJ

Les jeunes de 16 à 30 ans qui décrochent un stage d'au moins un mois dans une entreprise, institution ou administration située dans la ville ou la région jumelée en Allemagne peuvent bénéficier d'une bourse allant de 300 à 600 €.

www.ofaj.org



BON À SAVOIR

Le Bezirk de Basse-Franconie offre aux étudiant(e)s (université/IUT) du Calvados la possibilité de faire un stage de 1 à 3 mois en Basse-Franconie en Allemagne afin de découvrir non seulement le monde du travail mais aussi la région jumelle.

www.bezirk-unterfranken.de / Le réseau de stages

Bourses de l'Office allemand d'échanges universitaires – DAAD France

Les bourses de cours de langue s'adressent aux étudiants de licence, master et de doctorat de toutes disciplines qui souhaitent suivre un cours de langue et de civilisation allemande en Allemagne. Une base de données de bourses franco-allemandes est aussi en ligne.

www.daad-france.fr

Aide à la mobilité René Lasserre – CIERA

Le CIERA offre aux étudiants en master des aides pour effectuer un stage en Allemagne, Autriche ou Suisse.

www.ciera.fr

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 € aux étudiants de 3e cycle universitaire membres de l'AIEQ et désireux de faire un stage de recherche en littérature et culture québécoises d'au moins 2 mois au Québec.

www.aieq.qc.ca

Bourse d'excellence EOLE

Le réseau franco-néerlandais accorde des bourses d'excellence de 500 à 1 000 € aux étudiants français en master et doctorat, toutes disciplines confondues, qui souhaitent effectuer un stage aux Pays-Bas.

www.nifr.eu/bourses

— FAIRE UN STAGE HORS CURSUS — OU FORMATION

Erasmus+ Formation professionnelle

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 condition de diplôme, peuvent faire un stage de 2 jours à 1 an, en Europe. Contactez votre conseiller Mission locale ou France Travail. Si vous êtes salarié et envisagez d'entreprendre une séquence de formation en Europe, utilisez votre CPF !

www.agence.erasmusplus.fr

www.moncompteformation.gouv.fr

Programme de mobilité ciblée EURES TMS

Ce programme offre aux demandeurs d'emploi d'au moins 18 ans 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 pour faire reconnaître votre diplôme.

www.pole-emploi.fr/international

www.arbetsformedlingen.se

Stage PRAXES – OFAJ

Les jeunes étudiants, en année de césure ou en fin de cursus, les demandeurs d'emploi ou en réorientation qui ont des notions d'allemand et qui souhaitent faire un stage de 1 à 6 mois en Allemagne, de façon indépendante et volontaire, peuvent bénéficier de l'aide de l'OFAJ pour obtenir une convention de stage, un contrat de formation professionnelle, une assurance complémentaire et un suivi pédagogique. Attention, il vous appartient de trouver votre stage par vous-même. Possibilité d'une bourse de 500 € pour les participants ayant besoin d'un soutien particulier.

www.ofaj.org

Stages pour demandeurs d'emploi de l'OFQJ

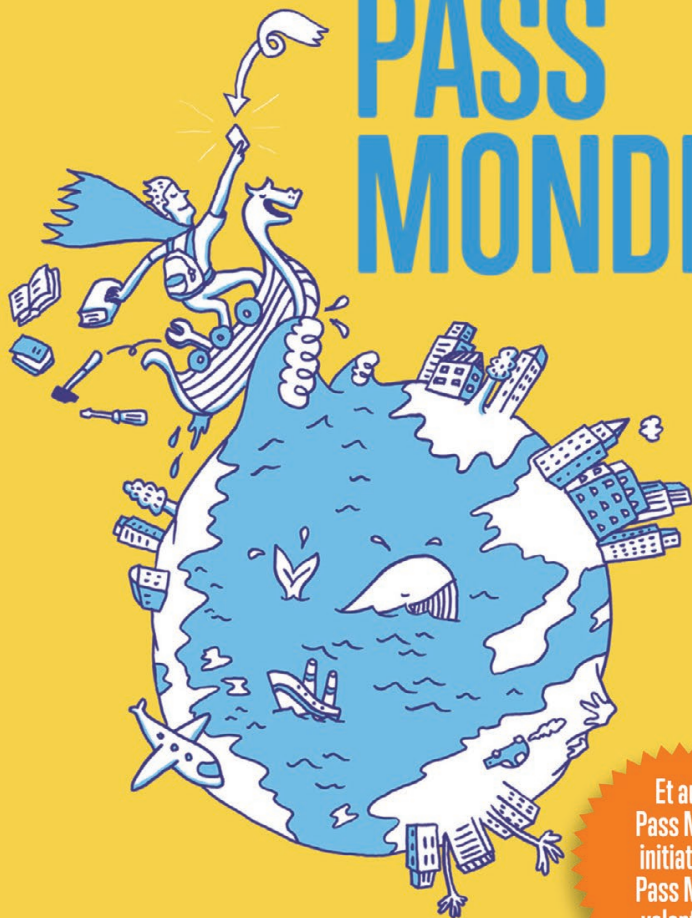
Les demandeurs d'emploi de nationalité française, âgés de 18 à 35 ans, qui cherchent une première expérience de travail Outre-Atlantique peuvent faire un stage rémunéré de 2 à 12 mois dans une entreprise au Québec ou au Canada, dans tous les domaines d'activités. Possibilité de conserver ses indemnités chômage jusqu'à 6 mois et de percevoir un soutien à la mobilité de l'OFQJ. Les jeunes suivis par une Mission locale ou en formation professionnelle peuvent aussi en bénéficier.

www.ofqj.org

www.pole-emploi.fr/international

Partir
à l'étranger,
c'est bon
pour le CV!

DÉCOUVREZ
**PASS
MONDE**



Et aussi
Pass Monde
initiative et
Pass Monde
volontariat

La bourse régionale pour favoriser la mobilité
internationale des jeunes normands

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 par pays, etc., le réseau EURES de la Commission européenne met à disposition près de 1 000 conseillers avec lesquels vous pouvez converser en ligne.

www.europa.eu/eures

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, dispositifs et aides à la mobilité, et plusieurs e-services pour vous aider à préparer votre départ (formalités, simulateur d'entretiens...). Avec le dispositif Activ'International, vous pouvez bénéficier d'un accompagnement personnalisé pour vous projeter à l'international, préciser votre projet et le mettre en œuvre. Cet accompagnement est mené à distance sur une période de 3 mois. www.pole-emploi.fr - www.emploi-store.fr

Trouver des offres d'emploi

Vous pouvez prospecter 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 ou ayant des filiales en France et d'entreprises locales.

www.ccifrance-international.org - www.tresor.economie.gouv.fr

www.fr.kompass.com - www.lemoci.com - www.wayp.com

Prospectez sur tous les fronts

Sites spécialisés : www.europa.eu/eures - www.pole-emploi.fr
www.eurojobs.com - www.erasmusjobs.org - www.expats.com
www.workwide.fr

Réseaux sociaux professionnels : www.linkedin.com - www.xing.com

Salons de recrutement transfrontaliers et internationaux :

www.europeanjobdays.eu - www.leforumexpat.com

www.expatriermodedemploi.org

Jetez aussi un œil aux annonces parues dans la presse étrangère et diffusées par les services publics d'emploi, les agences d'intérim, les réseaux sociaux...

— 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 de destination, consultez le site «l'Europe est à vous».

www.europa.eu/youreurope

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 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).



BON À SAVOIR

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.

www.europa.eu/youreurope

— COMMENT (HER)CHER 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

S'il est vrai que la période estivale est propice pour dénicher un job, certains secteurs recrutent toute l'année. La majorité des offres s'adressent aux plus de 18 ans et la pratique de la langue du pays est souvent indispensable, au moins à un niveau basique.

Si vous maîtrisez la langue du pays, ciblez les postes en lien avec le public (serveur, réceptionniste, conseiller de vente, téléopérateur, accompagnateur de jeunes en séjour linguistique...). Si vous avez un niveau débutant, commencez par faire la plonge, le ménage ou la collecte de fruits et mettez en avant votre personnalité et votre motivation.

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.hotelcareer.com

Animation & Tourisme

Les centres sportifs, campings, parcs d'attractions et offices du tourisme recrutent des accompagnateurs, des surveillants et des animateurs.

www.seasonworkers.com

www.planetanim.fr

Travaux agricoles

La récolte de fruits et légumes nécessite de la main d'œuvre aux quatre coins du monde. Attention : travail physique ! Informez-vous sur les conditions (horaires, rémunération...) car dans le cadre d'échanges de services, le gîte et le couvert tiennent lieu de salaire (voir p.40).

www.picktheworld.org

www.pickyourown.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.

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...).



MISE EN GARDE

Comment savoir si un organisme qui propose des stages ou jobs « clés en main » est fiable ?

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

Chaque année, le réseau Info Jeunes organise des **Journées Jobs d'été** partout en France. Pour participer aux prochaines éditions, **rdv en mars/avril à Rouen et à Caen**.

Pour connaître les dates, suivez-nous sur les réseaux sociaux d'Info Jeunes Normandie ou consultez notre site internet

www.info-jeunes-normandie.fr

Préparer 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 usages du pays.

Rédiger son CV

Voici quelques règles à respecter :

- 1 Écrivez votre CV dans la langue du pays
- 2 Soignez la présentation
- 3 Présentez vos compétences et savoir-faire utiles pour le poste
- 4 Précisez l'équivalence ou le détail de votre formation
- 5 Valorisez vos bons résultats scolaires et professionnels
- 6 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...).



BON À SAVOIR

Le site **Europass** vous permet de créer gratuitement vos CV et lettres de motivation, de trouver un emploi ou une formation en Europe, de conserver vos documents dans un espace sécurisé en ligne, tester vos compétences numériques... et bien plus encore !

www.europa.eu/europass

AUTRES PISTES

Au pair à l'étranger

Une personne au pair est logée, nourrie et reçoit de l'argent de poche. En contrepartie, elle assure la garde des enfants et une partie des tâches ménagères. Il faut avoir entre 18 et 26 ans, quelques connaissances en langues et s'engager, en général, pour 6 mois minimum. Comptez 1 ou 2 mois minimum pour les vacances d'été. Vous pouvez vous faire accompagner par un organisme qui s'occupera de vous mettre en contact avec la famille (des frais de dossier seront demandés).

www.iapa.org

www.ufaap.org

www.loffice.org

www.unosel.org

Programme de mobilité ciblée EURES TMS

Ce programme offre aux demandeurs d'emploi d'au moins 18 ans un ensemble de services spécialisés pour trouver un contrat de travail de 6 mois minimum 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 pour faire reconnaître votre diplôme.

www.pole-emploi.fr/international

www.arbetsformedlingen.se

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, Equateur, 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 l'Australie et le Canada). Vous devrez justifier de ressources suffisantes pour subvenir à vos besoins sur place.

www.pvtistes.net



BON À SAVOIR

Depuis juin 2023, tous les francophones (peu importe leur âge et leur nationalité) qui disposent d'une proposition d'emploi pour un poste au Canada peuvent demander un permis de travail Mobilité francophone au Canada. Ce permis coûte 240 \$ et donne accès à toutes les catégories d'emploi, à l'exception des emplois en agriculture primaire, partout au Canada, sauf au Québec.

www.pvtistes.net
www.canada.ca



POUR LES PERSONNES MINEURES

Le dispositif « Job dans la ville jumelée » de l'OFAJ offre aux jeunes de 16 à 30 ans qui décrochent un job d'été d'au moins un mois dans une entreprise, institution ou administration située dans la ville ou la région jumelée en Allemagne une bourse de 300 à 600 €.

www.ofaj.org

Assistant de français à l'étranger

Chaque année, France Education International propose plusieurs milliers de postes d'assistants de français dans 35 pays. Ce programme s'adresse aux étudiants français, qui ont entre 20 et 35 ans, sous conditions de diplôme et de niveau de langue. Son rôle est de promouvoir la langue et la culture française auprès d'élèves ou étudiants étrangers. Il seconde les professeurs de français en classe entière et peut aussi prendre de petits groupes d'élèves à part. Les critères d'éligibilité et conditions de travail diffèrent selon les pays et établissements d'affectation. Une rémunération est prévue selon le pays de destination, mais les frais de voyage, visa, nourriture et logement sont à votre charge.

www.france-education-international.fr
www.assistants.france-education-international.fr

Programme Assistants de français de la Commission Fulbright

La Commission franco-américaine propose aux étudiants français inscrits en L3 LLCE anglais et qui envisagent une carrière dans l'enseignement, des postes d'assistants de langue française aux États-Unis. Les assistants suivent aussi deux cours liés à l'histoire, à la littérature ou à la civilisation américaine à l'université dont ils dépendent, et pour lesquels ils sont exemptés des frais de scolarité. Les frais de visa et l'assurance santé sont également couverts.

www.fulbright-france.org

Lecteur de français à l'étranger

Les personnes titulaires d'un master peuvent adresser leur candidature aux établissements d'enseignement à l'étranger, 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 mais le fait de détenir un diplôme de Français langue étrangère (FLE) est très souvent exigé.

www.euroguidance-france.org

Eurodesk vous donne rdv au mois d'octobre pour « **Time to Move** », sa campagne européenne d'information sur la mobilité européenne et internationale. www.timetomove.eurodesk.eu

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 et/ou de soutenir une cause, 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 d'échange et contractuel 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

Ce programme permet aux 18-30 ans d'effectuer une mission d'intérêt général au sein d'une organisation à but non lucratif implantée en Europe ou dans un pays voisin de l'UE. Ces projets à caractère solidaire s'étalent sur une période de 2 semaines à 1 an si vous participez au volontariat individuel mais il est également possible de prendre part à un projet collectif, avec 10 à 40 volontaires, pendant 2 semaines à 2 mois. Aucun critère de formation, de diplôme ou de niveau de langue n'est requis. Les frais de transport, d'hébergement et nourriture des volontaires sont couverts et le programme prend aussi en charge l'assurance, le soutien linguistique et un petit peu d'argent de poche. Enregistrez-vous sur le portail européen de la jeunesse et contactez une structure de soutien.

www.europa.eu/youth/solidarity
www.corpseuropeensolidarite.fr



BON À SAVOIR

Le CES offre aussi des opportunités de **volontariat d'aide humanitaire** dans des pays hors UE. Ouverts aux jeunes jusqu'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 de 2 à 12 mois, ou en équipe 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.

www.europa.eu/youth/solidarity

www.corpseuropeensolidarite.fr

Outre son volet « volontariat » qui propose des missions à l'étranger, le CES vous permet aussi d'initier des actions d'entraide 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 de 5 jeunes de 18 à 30 ans, et entreprendre un projet sur 2 à 12 mois, pendant lequel vous pourrez, entre autres, toucher jusqu'à 500 € par mois. Votre projet devra aborder au moins une thématique prioritaire européenne.

www.corpseuropeensolidarite.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 et bénéficient d'une protection sociale. Une bourse sur critères sociaux est aussi disponible. Leurs frais de transport et d'hébergement ne sont pas toujours couverts.

www.service-civique.gouv.fr

BON À SAVOIR

La **citoyenneté européenne** fait partie des divers domaines d'action du Service civique. Il est donc possible de s'engager, en France ou à l'étranger, sur des missions en lien avec cette thématique.



Volontariat franco-allemand - VFA

Ce programme, qui partage les objectifs et le cadre légal du service civique, permet aux 18-25 ans de s'engager en faveur d'un projet collectif pendant 10 à 12 mois dans un établissement d'enseignement ou dans le domaine culturel, écologique, social ou sportif. Le volontaire participe à un cycle de formations interculturelles et linguistiques, et bénéficie d'un soutien financier (hébergement, nourriture et transport, assurance santé).

www.ofaj.org



POUR LA PLANÈTE

Volontariat écologique franco-allemand - VEFA

C'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 **protection de la nature et de l'environnement**. Aucune compétence particulière n'est requise, pas même linguistique ! Il faut être motivé, curieux, enthousiaste et avoir l'esprit ouvert.

www.ve-fa.org

www.cifee.fr

Volontariat international en entreprise ou en administration - VIE/VIA

Ce dispositif permet aux étudiants, jeunes diplômés ou en recherche d'emploi 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. Les volontaires reçoivent une indemnité forfaitaire et leurs frais de voyage, d'installation et de protection sociale sont pris en charge.

www.mon-vie-via.businessfrance.fr

BON À SAVOIR



Business France a lancé fin 2023 un plan « **Osez l'Export** » visant à rendre le VIE plus accessible à tous les jeunes. Pour cela, l'organisme octroie 4 500 € aux entreprises qui recrutent, sur des missions d'1 an minimum, des jeunes issus des quartiers prioritaires de ville (QPV) ou qui sont issus d'une formation allant jusqu'à bac+3.

www.businessfrance.fr

www.gouvernement.fr

Volontariat de solidarité internationale - VSI

Ce programme permet à toute personne majeure de s'engager, pour une période d'1 à 2 ans, dans un projet de solidarité (enseignement, action sanitaire et sociale, information et communication, développement durable...) principalement situé en Afrique, en Asie ou en Amérique latine. Le volontaire est pris en charge par l'une des associations agréées qui finance la formation, les frais de voyage, l'indemnité de subsistance, la couverture sociale et l'accompagnement au retour.

www.france-volontaires.org



MISE EN GARDE

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 internationaux, d'échange et de solidarité** (VIES).

www.france-volontaires.org

Volontariat des Nations Unies - VNU

Ce programme a pour objectif de soutenir la paix et le développement dans le monde. Les jeunes d'au moins 25 ans, titulaires d'un diplôme universitaire ou d'un diplôme de technicien supérieur, qui ont au moins 2 ans d'expérience professionnelle et qui sont capables de travailler dans un environnement multiculturel peuvent postuler. La plupart des missions durent de 6 à 12 mois (renouvelables), mais des missions de 3 mois sont également possibles. Les candidats au VNU qui sont des spécialistes techniques (informatique, ingénierie, logistique, transport), des professionnels juridiques et médicaux, des politologues, des experts de l'administration et des finances, ou des 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

BON À SAVOIR

Vous ne pouvez pas vous déplacer, ou avez du temps mais à des heures atypiques ? Optez pour le **volontariat en ligne** ! C'est une opportunité à saisir pour continuer à s'engager depuis chez soi.

www.app.unv.org

www.createthegood.aarp.org

www.pointsoflight.org

À chacun son volontariat ! Pour préparer au mieux votre projet et trouver la forme d'engagement qui correspond à votre profil et à vos motivations, France Volontaires a créé un **quiz et une base de données répertoriant différentes offres de missions à pourvoir**. Répondez à quelques questions et découvrez à quels programmes et projets de volontariat vous pouvez participer.

www.france-volontaires.org/quiz





ENVIE DE VIVRE

UNE EXPÉRIENCE
DE VOLONTARIAT

EN ALLEMAGNE



**Découvrez l'Europe de façon concrète
et allez passer un an en Basse-Franconie,**

la région jumelée avec le Calvados

Plus d'informations sur
www.calvados.fr/volontariat-Allemagne

Calvados



LE DÉPARTEMENT



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.



POUR LA PLANÈTE

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 : utiliser des modes de déplacement doux, consommer local et de saison, réduire votre consommation de viande, diminuer vos déchets, etc.

PARTIR DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME

POUR LES PERSONNES MINEURES



Les chantiers de jeunes bénévoles permettent aux jeunes de participer à un projet collectif dès 16 ans à l'étranger. Ces projets se déroulent sur une période de 2 à 3 semaines et couvrent différents domaines (restauration du patrimoine, aménagement d'espaces naturels, organisation de manifestations culturelles...). Ce sont des lieux d'échanges, de rencontres et d'ouverture. Attention, les frais de voyage et une participation aux frais d'hébergement et de nourriture sont à la charge des participants.

www.cotravaux.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 entre 800 et 1 500 € pour un séjour de 2 semaines).

www.unosel.org

www.loffice.org

Animateur FranceMobil en Allemagne

Les jeunes de 20 à 30 ans ayant de bonnes connaissances en allemand, 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. Les animateurs reçoivent une bourse de 1 300 € par mois et disposent d'un budget pour couvrir leurs frais de transport, de nourriture et d'hébergement pendant les animations. Les animateurs se déplacent autant que possible en transports en commun, toutefois un véhicule est à leur disposition pour qu'ils puissent se rendre dans les établissements éloignés en zones rurales.

www.francemobil.fr

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 se lancer à pieds joints dans l'Aventure ! Veillez à minima à faire un point papier et santé avant de partir.



POUR LA PLANÈTE

Les plus courageux et/ou adeptes du « slow travel », cet état d'esprit qui privilégie l'aspect qualitatif du voyage au détriment de la quantité de sites visités, pourront opter pour une mobilité douce comme le vélo pour découvrir l'Europe. Connaissez-vous **EuroVelo** ? C'est un réseau de 17 itinéraires cyclables reliant l'ensemble du continent européen, soit plus de 90 000 km ! Prenez le temps de la découverte.

www.fr.eurovelo.com

Échanges de services

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

www.helpstay.com

www.workaway.info

www.helpx.net

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

www.mindmyhouse.com

www.nomador.com

www.trustedhousesitters.com



POUR LA PLANÈTE

Le Wwoofing (ou World-Wide Opportunities on Organic Farms) est une alternative « écolo » qui permet à toute personne majeure de donner de son temps en participant aux différentes tâches sur une propriété agricole (jardin, potager, verger, animaux). Les wwoofeurs travaillent bénévolement quelques heures par jour en échange du gîte et du couvert.

www.wwoof.net



MISE EN GARDE

Les séjours « au vert » ont le vent en poupe et certains l'ont bien compris ! Plusieurs volontaires ont tiré la sonnette d'alarme, dénonçant les hôtes peu scrupuleux qui utilisent les volontaires comme de la main d'œuvre 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

Le concours #DiscoverEU permet aux jeunes européens de 18 ans (ni plus, ni moins !) de gagner un Pass Interrail pour voyager en Europe. Seuls ou avec leurs amis (4 maximum), les jeunes sélectionnés partent à la découverte de l'Europe en train. Deux sessions du concours ont lieu chaque année : l'une au printemps, l'autre à l'automne. Pour tenter votre chance, inscrivez-vous sur le portail européen de la jeunesse lors des appels à candidatures et répondez à quelques questions en ligne.

www.youth.europa.eu/discovereu

www.start-discover.eu/fr

BON À SAVOIR

#DiscoverEU inclusion permet aux jeunes qui rencontrent des freins à la mobilité (situation socio-économique, géographique, handicap...) de pouvoir voyager 1 à 30 jours en étant, si besoin, accompagnés par un référent. Ce projet devra être porté par un groupe de jeunes ou par un organisme (ONG, association à but non lucrative, etc.). 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 à différentes initiatives étudiantes. Son volet « ActionS » permet notamment aux étudiants de porter un projet d'engagement et de solidarité 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-paris.fr

Le programme Départ 18:25 soutient le départ en vacances des 18-25 ans. Seuls les étudiants boursiers, les jeunes titulaires d'un contrat d'apprentissage, de professionnalisation ou d'un contrat d'Engagement Jeunes, et ceux inscrits dans une école de la 2ème chance ou volontaires en service civique sont éligibles à ce coup de pouce financier allant jusqu'à 250 €.

www.depart1825.com

Aides régionales

Pass Monde - Région Normandie

Ce dispositif est destiné aux jeunes normands et à tous les apprenants dès la fin du collège et jusqu'à 5 années après le baccalauréat (lycéens, étudiants en formation initiale, apprentis, stagiaires de la formation professionnelle) qui partent pour un stage ou un séjour d'études à l'étranger s'inscrivant dans leur parcours de formation.

www.normandie.fr/pass-monde

Pass Monde Etudes Secondaires / Pass Monde Etudes Supérieures

Aides départementales

Tope-là ! - Département de la Seine-Maritime

Les jeunes seino-marins de 16 à 25 ans peuvent bénéficier d'une aide du département afin de financer un projet de mobilité (stages, séjours linguistiques dans le cadre scolaire). Cette bourse peut s'élever jusqu'à 400€. En contrepartie le jeune s'engage à effectuer 40h d'engagement volontaire dans une association, une collectivité locale ou un EPHAD de Seine-Maritime. www.seinemaritime.fr - rubriques *Mon quotidien / jeunesse*

Civic'Up 27 - Info Jeunes Normandie / CAF de l'Eure

Les volontaires en Service Civique dans l'Eure peuvent bénéficier de la bourse Civic'Up 27 pour financer une partie d'un projet de mobilité à l'étranger (séjour au pair, chantier de jeunes bénévoles à l'international,...) www.info-jeunes-normandie.fr - rubriques *nos-service/civic-up-27*

AJIR et CAP d'AJIR - Département de la Manche


Ces bourses soutiennent les envies d'agir de tous les jeunes entre 11 et 25 ans vivant dans le département de la Manche, en proposant un soutien financier et un accompagnement. Les projets soutenus concernent une large diversité de domaines et doivent avoir une utilité sociale et un impact dans la Manche. www.ajir-manche.fr

Aide au départ en Corps européen de solidarité - Département de l'Orne

Les jeunes Ornais peuvent bénéficier d'une aide allant jusqu'à 300 € pour leur départ en Corps européen de solidarité.

www.orne.fr - rubriques *Services / Education et jeunesse / Les aides à l'éducation et à la jeunesse*

BON À SAVOIR



Certaines bourses sont cumulables ! N'hésitez pas à solliciter l'aide de votre **référént Eurodesk local** (voir contacts p.46) et/ou à contacter la **structure Info Jeunes** la plus proche de chez vous pour savoir quelles bourses existent pour vous !

Aides d'associations et de fondations privées

La bourse **Zellidja** (jusqu'à 900 €) est proposée aux 16-20 ans 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 1 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. www.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 !

www.la-guilde.org - www.bourses-expe.com
www.millet-expedition-project.com

D'autres bourses sont disponibles sur :

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

La Semaine européenne de la jeunesse a lieu tous les deux ans pour promouvoir l'engagement, la participation et la citoyenneté active des jeunes. Vous souhaitez participer à diverses activités et discussions ? Repérez les événements près de chez vous et contribuez à la fête ! www.youth.europa.eu

EN SAVOIR PLUS

— • L'INFORMATION À LA SOURCE • —

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, plus de 150 coordinateurs et référents sont présents dans les structures Info Jeunes sur tout le territoire national 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.
www.eurodesk.eu - www.cidj.com/eurodesk

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 met à votre disposition de nombreuses **opportunités de stages, volontariats, bourses, concours...** pour bouger en Europe et un peu plus loin sur :
www.programmes.eurodesk.eu



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 !
www.map.eurodesk.eu



Participez aux concours et événements organisés chaque année au mois d'octobre par le réseau Eurodesk dans le cadre de la campagne européenne « Time to Move » !
www.timetomove.eurodesk.eu



Pour découvrir ce que l'Europe peut vous offrir tout en vous amusant, Eurodesk vous propose deux **Escape game en ligne** !
Saviez-vous résoudre les énigmes ?
www.timetomove.eurodesk.eu/berlin
www.timetomove.eurodesk.eu/riga



Le podcast « **Partir pour se découvrir** » retrace le parcours de jeunes étudiants, en recherche d'emploi, porteurs de projets ou bien encore explorateurs, qui ont osé franchir le cap pour réaliser leur plus grand rêve : celui de partir à l'étranger ! Il est disponible sur toutes les plateformes de podcast, sur www.cidj.com et sur [@EurodeskFR](https://www.instagram.com/EurodeskFR)

INFORMATIONS GÉNÉRALES

L'Europe est à vous
www.europa.eu/youreurope

Portail européen de la jeunesse
www.europa.eu/youth

Découvrir le monde
www.decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr

Toute l'Europe
www.touteleurope.eu

PROGRAMMES EUROPÉENS

Portail des Agences Erasmus+
www.info.erasmusplus.fr

Agence Erasmus+ France
Education et Formation
www.agence.erasmusplus.fr

Agence Erasmus+ France
Jeunesse & Sport
www.erasmusplus-jeunesse.fr

Corps européen de solidarité
www.corpeuropeensolidarite.fr

EMPLOI

Portail européen
sur la mobilité de l'emploi
www.eures.europa.eu

Europass
www.europa.eu/europass

France Travail
www.pole-emploi.fr/international

Reconnaissance professionnelle
www.enic-naric.net

Ministère de l'Europe
et des Affaires étrangères
www.diplomatie.gouv.fr

ÉTUDES

Eurydice, le réseau européen sur les
systèmes éducatifs
www.eurydice.eacea.ec.europa.eu

Euroguidance
www.euroguidance-france.org

Ministère de l'Éducation nationale
et de la Jeunesse, des Sports et des
Jeux olympiques et paralympiques
www.jeunes.gouv.fr

Ministère de l'Enseignement supérieur
et de la Recherche
www.enseignementsup-recherche.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
www.mon-vie-via.businessfrance.fr

Échanges franco-allemands
www.ofaj.org

Échanges franco-québécois
www.ofaj.org

L'INFORMATION EN NORMANDIE

Info Jeunes Normandie vous informe et vous accompagne sur toutes les thématiques qui concernent la jeunesse :

- S'orienter tout au long de sa vie
- Rechercher un emploi, un stage, une alternance
- Partir à l'étranger
- S'informer sur ses droits, le logement, la santé
- Agir, entreprendre

Où nous trouver ?

Site de Caen

16 rue Neuve Saint-Jean

14000 Caen

Tél : 02 31 27 80 80

caen@crijnormandie.fr

Site de Rouen

84 rue Beauvoisine

76000 Rouen

Tél : 02 32 10 49 49

rouen@crijnormandie.fr

Vous recherchez une structure Info Jeunes au plus près de chez vous ? Le réseau Info Jeunes Normandie, c'est près de 50 structures en Normandie. Retrouvez les coordonnées du réseau IJ normand sur notre site internet :

www.info-jeunes-normandie.fr

**Besoin d'aide pour concrétiser
votre projet d'études, de stage, de travail
ou de volontariat à l'étranger ?**

Eurodesk informe gratuitement tous les jeunes sur les différents programmes de mobilité en Europe et à l'international (études, stages, emploi, volontariat...). Il aide les jeunes à identifier les dispositifs et bourses de mobilité, et les accompagne dans la construction et la concrétisation de leurs projets à l'étranger.

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

eurodesk
Normandie

Retrouvez des infos, conseils, témoignages et sites utiles dans la **collection de brochures Eurodesk** (Faire un stage à l'étranger, Trouver un job à l'étranger, Handi-Cap sur l'Europe... et un peu plus loin...).

Gratuites, elles sont disponibles dans tout le réseau Eurodesk, sur www.cidj.com/eurodesk et en flashant ce QR code !



SE FAIRE ACCOMPAGNER EN NORMANDIE

Trouvez le bon professionnel en quelques clics grâce à la Boussole des jeunes !

www.boussole.jeunes.gouv.fr



La Boussole des jeunes est un outil qui recense les services près de chez vous et qui vous met en relation avec le professionnel qu'il vous faut.

Comment ça marche ?

- Complétez votre profil et précisez votre demande
- Découvrez les services près de chez vous
- Laissez vos coordonnées et le professionnel vous recontacte !

Tout savoir sur l'Europe avec le réseau EUROPE DIRECT

EUROPE DIRECT est un service d'information gratuit de l'Union Européenne. Les Centres **EUROPE DIRECT** sont labellisés par la Commission européenne et sont hébergés par des structures actives dans le domaine de l'information grand public (collectivités territoriales, associations...).

Ces centres apportent une information utile, simple et accessible sur l'Europe et convient les citoyens à des événements recueillant leurs préoccupations comme leurs attentes à l'égard de l'Union Européenne.

En France, ce réseau compte une cinquantaine de centres **EUROPE DIRECT**. En Normandie, 3 centres EUROPE DIRECT sont à votre service.

european-union.europa.eu

Rubriques Contacter l'UE / Nous rencontrer



Union
européenne

Trouve le pro
et l'info qu'il te faut
en quelques clics !

Mobilité
internationale

15 / 30 ans



boussole.jeunes.gouv.fr

Simple, rapide, gratuit



Ce guide a été réalisé par

INFO JEUNES NORMANDIE

Dans le cadre de son service Mobilité internationale
Avec le soutien de

LA DÉLÉGATION RÉGIONALE ACADÉMIQUE À LA JEUNESSE,
À L'ENGAGEMENT ET AUX SPORTS

LE CENTRE D'INFORMATION ET DE DOCUMENTATION JEUNESSE

LE RÉSEAU EURODESK

LE RÉSEAU INFO JEUNES

Info Jeunes Normandie

SITE DE CAEN

16 rue Neuve Saint-Jean
14000 Caen
Tél : 02 31 27 80 80
caen@crijnormandie.fr

SITE DE ROUEN

84 rue Beauvoisine
76000 Rouen
Tél : 02 32 10 49 49
rouen@crijnormandie.fr

www.info-jeunes-normandie.fr

