

INFORMATION  
JEUNESSE



CRIJ Occitanie

**DESTINATION  
EUROPE**

**ET UN PEU PLUS LOIN**

**ÉDITION 2018-2019**

**AU DÉPART DE L'OCCITANIE**



Erasmus+

eurodesk

PORTAIL  
EUROPÉEN DE  
LA JEUNESSE

eurodesk



POUR PARTIR  
EN EUROPE,  
COMMENCEZ PAR  
NOUS RENCONTRER

ÉTUDES

EMPLOI

STAGES

ÉCHANGES

VOLONTARIAT

PROJETS

Un réseau près de chez vous  
[www.eurodesk.eu](http://www.eurodesk.eu)



PORTAIL EUROPEEN DE LA JEUNESSE  
[europa.eu/youth](http://europa.eu/youth)



## EDITO

Depuis plus de 30 ans, l'Union européenne déploie divers programmes et soutiens financiers afin de rendre la mobilité internationale accessible à tous les jeunes. Les possibilités de vivre un échange, un volontariat, un stage ou des études à l'étranger sont multiples et ouvertes à tous : lycéens, apprentis, étudiants, demandeurs d'emploi.

Vous avez envie de vivre une expérience à l'étranger, **le réseau Information Jeunesse vous aide à préparer votre départ**. Implanté dans les 27 pays d'Europe, porteur du label EURODESK soutenu par la Commission européenne dans le cadre du programme Erasmus +, le réseau Information Jeunesse européen facilite et encourage la mobilité de tous les jeunes en Europe et à l'international.

En Occitanie, **le Centre Régional Information Jeunesse** anime la Plateforme régionale de la mobilité internationale des jeunes EOLE et favorise la mise en réseau des professionnels de la mobilité internationale, dans le cadre des mobilités apprenantes. Expert de l'information sur la mobilité internationale, le CRIJ Occitanie et les structures labellisées "Information Jeunesse", les BIJ et PIJ, proposent des ressources pour les jeunes et pour les professionnels.

Les informateurs jeunesse vous proposent un accompagnement personnalisé pour votre projet. Nous vous aiderons à trouver les bonnes solutions pour trouver le bon dispositif, pour traiter les questions administratives et budgétaires. N'hésitez pas à nous contacter.

En rééditant le guide "Destination Europe et un peu plus loin", guide généraliste unique dans notre région, nous espérons ainsi susciter une envie au départ. Expérience enrichissante dans son parcours citoyen, social, et professionnel !

**Olivier-Ronan Rivat**  
Président du CRIJ Occitanie



## SOMMAIRE

<b>10 bonnes raisons de partir</b> .....	3
<b>Préparer votre départ et votre retour</b> .....	4
Langues .....	4
Papiers .....	4
Santé .....	4
Transport .....	5
Logement .....	6
Argent .....	6
Allocations chômage .....	6
Retour .....	6
Impôts .....	7
Retraite .....	7
Valoriser votre expérience .....	7
<b>Faire des études</b> .....	8
Quand partir .....	8
Partir à titre individuel .....	9
Partir dans le cadre d'un programme .....	9
Trouver une aide .....	11
<b>Trouver un stage</b> .....	16
Réglementation des stages .....	16
Comment chercher .....	17
Partir dans le cadre d'un programme .....	18
Trouver une aide .....	21
<b>Trouver un emploi, un job</b> .....	24
Comment chercher un emploi ..	24
Reconnaissance professionnelle .....	27
Comment chercher un job .....	27
Formuler votre candidature .....	29
Autres pistes .....	29
<b>Faire du volontariat</b> .....	31
Le Corps Européen de Solidarité (CES) .....	31
Service civique à l'international .....	31
Volontariat Franco-Allemand .....	32
Volontariat de solidarité internationale (VSI) .....	32
Volontariat international en entreprise ou en administration (VIE/VIA) .....	32
Volontariat des Nations Unies (VNU) .....	32
Volontariat international de la francophonie (VIF) .....	33
Volontariat de l'aide de l'Union européenne .....	33
<b>Partir autrement</b> .....	34
Partir dans le cadre d'un programme .....	34
Autres pistes .....	35
Trouver une aide .....	36
<b>En savoir plus</b> .....	38
Les réseaux d'information .....	38
Sites Internet de référence .....	42

## 10 BONNES RAISONS DE PARTIR

Partir à l'étranger est formateur et enrichissant sur tous les plans ! Si toutefois vous manquez d'arguments, en voici quelques-uns :

### 1. Vive l'autonomie !

Loin de votre famille, de vos amis et de votre zone de confort, vous apprendrez à trouver des solutions et à vous débrouiller seul.

### 2. Apprendre autrement

Quel que soit l'objet de votre mobilité, une expérience à l'étranger vous permettra de découvrir d'autres méthodes de travail, d'apprentissage et d'organisation.

### 3. "Jag talar svenska" (je parle suédois)

La meilleure façon d'apprendre une langue, c'est d'être obligé de la parler : instinct de survie !

### 4. Amitiés & networking

Partir, c'est l'occasion de rencontrer d'autres personnes venues du monde entier et de rentrer chez soi avec un véritable carnet d'adresses international.

### 5. Indiana Jones, c'est vous !

Vous allez avoir le temps de découvrir un pays et son histoire en profondeur, et vous pourrez témoigner d'un vrai "vécu" à votre retour.

### 6. Changer d'angle de vue

Glissez-vous dans la peau d'un habitant en adoptant le mode de vie et la culture du pays le temps de votre séjour !

### 7. L'herbe est-elle plus verte ailleurs ?

Rien de tel que de se confronter à une autre réalité pour se questionner sur sa propre culture et identité.

### 8. Un "bonus" pour votre CV !

Même si vous n'avez aucune idée ce que vous voulez faire plus tard, une expérience à l'étranger est toujours un plus dans une candidature.

### 9. Développer votre "adaptabilité"

Découvrir une culture, c'est aussi apprendre à s'adapter à de nouvelles situations ; qualité très appréciée des employeurs !

### 10. "Open your mind"

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

# PRÉPARER VOTRE DÉPART ET VOTRE RETOUR

La préparation est la première étape d'un séjour réussi.  
Ne la négligez pas !

## LANGUES

Commencez à vous imprégner de la langue du pays grâce aux applis, films et séries en V.O, cafés et tandems linguistiques. Profitez-en également pour tester votre niveau avant de partir.

[www.tandem-linguistic.org](http://www.tandem-linguistic.org)

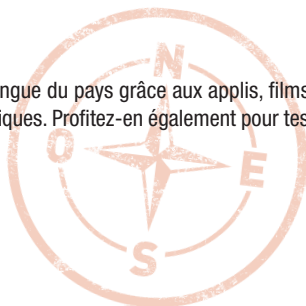
[www.polyglotclub.com](http://www.polyglotclub.com)

[www.meetup.com](http://www.meetup.com)

[www.italki.com](http://www.italki.com)

<http://dialangweb.lancaster.ac.uk>

[www.bulats.org](http://www.bulats.org)



➔ Vous partez avec Erasmus+ ? L'accès à la plateforme **Online Linguistic Support (OLS)** vous est offert ! Testez votre niveau et suivez un cours dans l'une des 18 langues proposées !  
<http://erasmusplusols.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.

<http://europa.eu/youreurope>

Si vous partez 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](http://www.diplomatie.gouv.fr)

➔ Pour les longs séjours, l'**inscription consulaire** est conseillée, notamment pour vous inscrire sur les listes électorales ou obtenir une nouvelle carte d'identité. Contactez le consulat français de votre pays d'accueil ou rdv sur [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)

## SANTÉ

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 justificatifs de paiement avec le formulaire S3125c "Soins reçus à l'étranger" rempli à votre caisse d'assurance maladie.

[www.ameli.fr](http://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.cfe.fr](http://www.cfe.fr)

[www.cleiss.fr](http://www.cleiss.fr)

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

## TRANSPORT

Pensez à prendre vos billets à l'avance pour bénéficier du meilleur tarif et à lire les conditions (enregistrement en ligne, dimensions et poids des bagages...) car celles-ci varient selon les compagnies ! Si vous préférez le train, les Pass Interrail vous permettront de voyager à prix réduit pendant une durée limitée. Plusieurs compagnies de bus (Eurolines, Ouibus...) traversent l'Europe. Le covoiturage est aussi une possibilité bon marché. 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 voyager en bateau, informez-vous sur les lignes de ferry existantes.

[www.ferrylines.com](http://www.ferrylines.com)

[www.aferry.fr](http://www.aferry.fr)

A votre disposition au CRIJ Occitanie, un **Espace Voyages** : billets d'avion, bus nationaux et internationaux, carte ISIC, séjours UCPA, forfaits de ski, billets pour Port Aventura, etc...

17 rue de Metz - 31000 Toulouse - Tél. 05 61 21 50 50 - [voyages@crij.org](mailto:voyages@crij.org)

[www.crij.org](http://www.crij.org)

### 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.

<https://handiplanet.com>

<https://iwheelshare.com>

[www.jaccede.com](http://www.jaccede.com)

<https://mapped.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 bien souvent la solution !

[www.hihostels.com](http://www.hihostels.com)

[www.yestudent.com](http://www.yestudent.com)

[www.erasmusworld.org](http://www.erasmusworld.org)

[www.bedycasa.com](http://www.bedycasa.com)

[www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com)

[www.easyyroommate.com](http://www.easyyroommate.com)

### Handicap

Airbnb propose des hébergements adaptés (accès de plain-pied, porte large, ascenseur, lit ajustable, stationnement...) pour personnes en situation de handicap.

[www.airbnb.fr](http://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 liés au départ et vos dépenses sur place (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 avec votre banquier les conditions (coût des virements, commissions et frais de retraits...).

Pensez aux cartes de réductions pour les transports, logements, la culture...

- Carte Jeunes européenne [www.cartejeunes.fr](http://www.cartejeunes.fr)
- Carte jeune internationale <http://carteiytc.fr>
- Carte d'étudiant internationale [www.isic.fr](http://www.isic.fr)
- Carte FUAJ [www.fuaj.org](http://www.fuaj.org)

## ALLOCATIONS CHÔMAGE

Si vous partez chercher du travail 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 Pôle emploi pour demander un maintien de droit (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 Pôle emploi en France.

<http://europa.eu/youreurope>

[www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)

## RETOUR

Certaines formalités sont à opérer avant de partir, d'autres dès votre arrivée en France. Pour tout savoir sur les démarches, délais et justificatifs qui vous seront demandés à votre retour, connectez-vous sur le simulateur **Retour en France**.

<http://retour-en-france.simplicite.fr>

## 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). Le pays dans lequel vous allez payer vos impôts dépend de votre domiciliation fiscale. 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. <http://europa.eu/youreurope>

Si vous partez travailler à l'international, vérifiez ce que prévoit la convention fiscale entre la France et votre pays d'accueil.

[www.impots.gouv.fr](http://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 et la Suisse 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](http://www.lassuranceretraite.fr)

[www.cleiss.fr](http://www.cleiss.fr)

## VALORISER VOTRE EXPÉRIENCE

Mettez en valeur sur votre CV les compétences acquises au cours de votre mobilité et illustrez votre expérience sur les réseaux sociaux professionnels.

Le CV et le Portfolio Europass vous aideront à présenter vos compétences et qualifications de manière claire dans les différentes langues de l'UE.

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

➔ Participer à une action jeunesse du programme Erasmus+ (échange de jeunes, volontariat...) vous permet d'obtenir un **Youthpass**. Ce certificat européen identifie et valorise les compétences non-formelles acquises pendant votre expérience à l'étranger ; un vrai "+" pour votre CV ! [www.youthpass.eu](http://www.youthpass.eu)

➔ Après votre volontariat, l'**Institut de l'Engagement** vous accompagne sur votre projet d'avenir : reprise d'études, recherche d'emploi, création d'activité. [www.engagement.fr](http://www.engagement.fr)

Le portail Découvrir le monde rassemble les programmes et bourses de mobilité, témoignages, actualités et conseils pratiques pour tous les jeunes qui ont #LaBougitude ! [www.decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr](http://www.decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr)



## 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 ses études à l'étranger sans être inscrit en France.

### QUAND PARTIR

#### ■ Avant le bac

Vous pouvez suivre une formation "labellisée" Education nationale dans des écoles, collèges et lycées de plus de 130 pays. Les Français scolarisés dans un établissement d'enseignement français qui vivent avec leur famille à l'étranger peuvent, sous conditions, recevoir une bourse.  
[www.aefe.fr](http://www.aefe.fr)

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'Education nationale.

[www.unosel.org](http://www.unosel.org)  
[www.loffice.org](http://www.loffice.org)

Le bac international (IB) n'est pas reconnu en France. Il est donc préférable de vous inscrire dans un lycée français à l'étranger pour obtenir le bac français, ou de passer un bac européen ou binational (AbiBac franco-allemand, BachiBac franco-espagnol et EsaBac franco-italien), reconnu à la fois en France et à l'étranger.

[www.ibo.org](http://www.ibo.org)  
[www.eursec.eu](http://www.eursec.eu)  
[www.education.gouv.fr](http://www.education.gouv.fr)

Plus d'informations avec les **Délégations Académiques aux Relations Européennes et Internationales et à la Coopération (DAREIC)**

(Voir coordonnées rubrique "En savoir plus" p.41)



Avec le programme "AEFE", partez passer votre année de première ou de terminale dans un lycée français à Barcelone, Dublin, Londres, Madrid, Munich ou Vienne, sans rien dépenser (ou presque) !  
[www.eduscol.education.fr](http://www.eduscol.education.fr)

#### ■ 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. Attention : les frais de scolarité peuvent être TRÈS élevés à l'étranger.

#### ■ Après un bac +2

Le bac +2 est souvent sans équivalence à l'étranger, vous serez donc probablement admis en première année d'études. Exception : les étudiants diplômés d'un DUT ou d'un BTS peuvent poursuivre leurs études à l'étranger pour préparer un diplôme universitaire d'études technologiques internationales (DUETI). Attention : ce diplôme ne sera pas automatiquement reconnu comme un bac +3.

D'autres informations auprès de l'**Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées** et de la **Comue Languedoc-Roussillon Universités** (Voir coordonnées rubrique "En savoir plus" p.41)

#### ■ Après un 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'inscriptions varient selon les établissements, mais à ce niveau d'études, les correspondances sont nombreuses.

## 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](http://www.euroguidance-france.org)  
[www.studyportals.com](http://www.studyportals.com)  
[www.umultirank.org](http://www.umultirank.org)  
<http://ec.europa.eu/ploteus>  
<http://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.ciep.fr/enic-naric-france](http://www.ciep.fr/enic-naric-france)

## PARTIR DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME

#### ■ Erasmus+ Enseignement scolaire

Les collégiens et lycéens peuvent partir en séjour de groupe entre 3 jours et 2 mois, ou en échange individuel de 2 à 12 mois dans un autre établissement européen. Contactez votre professeur principal, le CPE ou le principal de votre établissement.

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)

### Erasmus+ Formation professionnelle

Les élèves et apprentis peuvent obtenir une bourse pour suivre une formation dans un organisme de formation professionnelle en Europe (incluant une période en entreprise obligatoire) pour une période de 2 semaines à 12 mois. Une bourse est prévue pour les frais de voyage, d'hébergement, de restauration et de transport. Son montant varie selon le pays et la durée du séjour. Informez-vous auprès de votre centre de formation.

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)



La situation de l'apprentissage est très contrastée en Europe. Certains pays comme le Danemark, la Suisse, l'Allemagne, le Royaume-Uni et l'Autriche l'ont parfaitement intégré à leur système de formation. D'autres pays tels que l'Islande, la Norvège, le Luxembourg, la Finlande et la France montrent une volonté de le renforcer. Enfin, d'autres pays témoignent d'un très grand retard en matière d'apprentissage. C'est le cas de la Suède, de la Roumanie et de l'Espagne.

[www.euroapp.fr](http://www.euroapp.fr)

<http://mavoieproeurope.onisep.fr>

### Erasmus+ Enseignement supérieur

Les étudiants peuvent obtenir une bourse pour suivre une partie de leurs études en Europe dès leur 2<sup>e</sup> année d'études universitaires. Ils peuvent partir 3 à 12 mois à l'étranger et bénéficier d'une bourse de 170 à 370 € par mois. Informez-vous auprès du Service des Relations Internationales de votre établissement.

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)

### Masters conjoints Erasmus Mundus

Les étudiants peuvent préparer leur master dans plusieurs pays pour obtenir un diplôme commun. Ils peuvent recevoir une bourse de 1 000 € par mois pour leurs frais de séjour et de 1 000 € pour leurs frais de voyage et d'installation. Consultez le catalogue en ligne et contactez le consortium qui propose le master qui vous intéresse.

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

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)



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

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)

### Handicap

Vous êtes **en situation de handicap** et souhaitez étudier à l'étranger ? L'appli **MappED!** recense, entre autres lieux handi-friendly, les différents niveaux d'accessibilité des universités en Europe.

<https://mapped.eu>

Erasmus+ couvre aussi les **frais liés à votre handicap** : le suivi médical, la rémunération d'un auxiliaire de vie, un hébergement ou transport spécifique, etc.

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)

### 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](http://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.

<http://micefa.org>

[www.bci-qc.ca](http://www.bci-qc.ca)

[www.isepstudyabroad.org](http://www.isepstudyabroad.org)

## TROUVER UNE AIDE

### Aides européennes



Les étudiants de l'enseignement supérieur admis dans un programme de master dans l'un des 33 "pays programme" d'Erasmus+ autre que le leur peuvent faire une demande de **prêt Erasmus+**. Ces prêts, garantis par l'UE et assortis de conditions de remboursement favorables, vous permettent d'emprunter jusqu'à 12 000 € (ou 18 000 €) pour un master sur 1 an (ou 2 ans).

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)



**Bourse du Conseil de l'Europe** : Les étudiants français ou originaires de l'UE, qui bénéficient de la bourse d'enseignement supérieur (sur critères sociaux) en France et qui suivent des études dans un pays membre du Conseil de l'Europe peuvent continuer à percevoir leur bourse, sous conditions.

Pour l'obtenir, remplissez votre Dossier Social Etudiant (DSE) sur [www.messervices.etudiant.gouv.fr](http://www.messervices.etudiant.gouv.fr)



La plateforme **European Funding Guide**, fondée par une association allemande et cofinancée par la Commission européenne, vous informe sur les différents moyens (bourses, prêts) existant pour financer vos études.

[www.european-funding-guide.eu](http://www.european-funding-guide.eu)



**Eurodesk** recense, entres autres, de nombreuses bourses d'études sur <https://eurodesk.eu>

### Handicap

**Google Europe** propose une bourse aux jeunes en situation de handicap qui étudient les sciences informatiques ou technologiques. Elle donne droit à 7 000 € pour poursuivre des études dans une autre université européenne pendant 1 an.

[www.google.com/studentwithdisabilities-europe](http://www.google.com/studentwithdisabilities-europe)

## 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](http://www.etudiant.gouv.fr)

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

Dans certaines universités, les étudiants ayant un projet d'études à l'étranger et peu de ressources financières peuvent faire appel à ce fonds. Contactez le service de la vie étudiante de votre université.

### • 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](http://www.coleurope.eu)

## Aides régionales

La Région Occitanie / Pyrénées - Méditerranée mène une politique volontariste visant à soutenir financièrement les apprentis et les étudiant.e.s qui effectuent une mobilité à l'étranger dans le cadre de leur cursus de formation.

### • Les aides à la mobilité pour les étudiants :

Les aides de la Région se traduisent par une bourse d'études ou de stage à l'étranger pour les étudiant.e.s boursiers sur critères sociaux et/ou une aide forfaitaire pour tous les étudiants.

> La bourse d'études ou de stage est une aide visant à accompagner financièrement les étudiant.e.s boursier.ère.s de l'Etat, de la Région (pour les formations sanitaires et sociales) ou bénéficiaires du Fonds National d'Aides d'Urgence, inscrits en L3 minimum, M1, M2, BTS, DUT, DUETE, DUETI dans un établissement d'enseignement supérieur partenaire relevant des Académies de Montpellier ou de Toulouse. Pour être éligible, le stage ou le séjour d'études, d'une durée comprise entre 1 mois et demi et 9 mois maximum, doit s'effectuer à l'étranger (hors POM COM, DOM TOM) et entrer dans le cadre du cursus de formation. Le montant de l'aide est de 250 € par mois.

> Les aides forfaitaires sont différentes aides financières pouvant être allouées aux étudiant.e.s (boursier.ère.s ou non), inscrit.e.s en L3 minimum, M1, M2, BTS, DUT, DUETE, DUETI, dans un établissement de l'enseignement supérieur partenaire relevant des Académies de Montpellier ou de Toulouse et dont la mobilité répond à certains critères. Sont éligibles :

- Les mobilités de stage des apprentis du supérieur ou des étudiants des formations sanitaires et sociales ainsi que les mobilités de stage des étudiants inscrits en L3 minimum, M1, M2, BTS, DUT, DUETE, DUETI si elles sont réalisées dans une des zones de coopération de la Région Occitanie : Cambodge (Battambang), Chine (Sichuan), Japon (Kyoto et Aichi), Palestine (Tubas et les Vallées du Nord), Maroc (l'Oriental, Casablanca Settat, Fès-Mekhnès), Catalogne ou Baléares.
- Les mobilités d'études des apprentis du supérieur, des étudiants des filières aéronautiques (forfait Pegasus) ou des étudiants de M1 et M2 si elles se déroulent en Catalogne ou aux Baléares.

La mobilité à l'étranger devra être comprise entre 1 mois et demi et 9 mois maximum. Selon le dispositif mobilisé, l'aide régionale peut être de 450 € ou de 600 €. Plus d'infos : [www.laregion.fr/Aides-mobilite-etudiants](http://www.laregion.fr/Aides-mobilite-etudiants)

### • Les aides aux étudiants des filières sanitaires et sociales

Les étudiants des filières sanitaires et sociales réalisant un stage d'une durée de 2 à 12 mois peuvent bénéficier des aides suivantes : une bourse de stage ERASMUS+ de 400 à 450 € par mois (montant variable selon le pays de destination) et une aide au transport de 380 €. Ces aides ne sont pas cumulables avec les autres aides régionales destinées aux étudiants. Plus d'infos : [www.laregion.fr/Dispositif-de-bourse-de-stage-ERASMUS](http://www.laregion.fr/Dispositif-de-bourse-de-stage-ERASMUS)

### • Les aides à la mobilité pour les apprentis :

Les Centres de Formation d'Apprentis (CFA) organisant, au profit de leurs apprentis, des séjours de mobilité dans l'un des 33 pays européens éligible au programme Erasmus+ et dans les zones de coopération de la Région peuvent prétendre à un financement octroyé par la Région Occitanie. Les apprentis bénéficiaires peuvent réaliser des stages en entreprise de 2 semaines à 4 mois pendant ou à la fin de leur formation. Aucune participation financière n'est demandée aux apprentis. Ces projets peuvent être cofinancés par des fonds européens (ERASMUS+, POCTEFA...) et de coopération (Ministère des Affaires Etrangères...). Si vous souhaitez savoir si votre CFA est engagé dans une telle démarche, prenez contact avec votre établissement.

Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le site Jeune de la Région Occitanie : [www.laregion.fr/-Le-Site-Jeune](http://www.laregion.fr/-Le-Site-Jeune)



## ■ Aides départementales ou municipales

### • Bourses d'études de la Ville de Montpellier

Chaque année, la Ville de Montpellier propose un programme de bourses d'études (pour 6 étudiants montpelliérains) dans les villes jumelles de Chengdu (Chine), Heidelberg (Allemagne), Louisville (Etats-Unis), Bethléem (Palestine), Tibériade (Israël). L'année 2018-2019 accueillera également un étudiant de la Province de Kalouga (Russie).

Plus d'informations : Tél. 04 67 34 87 72

## ■ Aides des pays les plus demandés

### • Allemagne

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

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

L'**Office allemand d'échanges universitaires (DAAD)** propose un vaste programme de bourses d'études pour étudiants germanistes en LLCE et LEA, et pour étudiants en master, mais aussi des bourses de recherche pour doctorants et post-doctorants, et des bourses de voyages d'études pour groupes d'étudiants.

[www.daad-france.fr](http://www.daad-france.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](http://www.ciera.fr)

### • Royaume-Uni

Organisés par **British Council IELTS, ISIC et StudyPortals**, les Global Study Awards permettent chaque année à 9 étudiants étrangers de décrocher jusqu'à £10 000 pour payer leurs frais de scolarité au Royaume-Uni.

[www.britishcouncil.fr](http://www.britishcouncil.fr)

D'autres bourses pour le Royaume-Uni sont disponibles sur :

<https://study-uk.britishcouncil.org>

[www.postgraduatestudentships.co.uk](http://www.postgraduatestudentships.co.uk)

[www.prospects.ac.uk](http://www.prospects.ac.uk)

[www.ucas.com](http://www.ucas.com)

[www.rcuk.ac.uk](http://www.rcuk.ac.uk)

### • Etats-Unis

La **Commission Fulbright** permet aux étudiants français, titulaires d'au moins une licence et souhaitant préparer un master ou un doctorat aux Etats-Unis, de candidater à son "Programme étudiant". Celui-ci est ouvert à tous les domaines d'études et regroupe une quinzaine de bourses, parfois cumulables. Avec un seul dossier de candidature, vous pouvez bénéficier d'une aide de \$6 000 à \$45 000 pour une année académique, et de nombreux autres avantages (allocation aux frais de voyage de 1 200 €, gratuité des frais de visa, assurance santé...).

La Commission Fulbright permet aussi aux étudiants inscrits en 1<sup>e</sup> ou 2<sup>e</sup> année d'études supérieures de participer à un Summer Institute for Student Leaders from Europe. Ce séminaire d'été de 5 semaines porte sur une thématique environnementale, entrepreneuriale ou civique, et se déroule sur des campus des Etats-Unis. Ce programme, entièrement pris en charge par le Département d'Etat américain, s'adresse en priorité aux étudiants ayant peu de ressources.

<http://fulbright-france.org>

### • Canada

L'**Office franco-québécois pour la jeunesse (OFQJ) et Education Internationale (EI)** aident les Français de 18 à 35 ans, 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 €. Pour en bénéficier, les participants doivent obtenir une lettre d'admission d'un centre de formation par le biais d'Education Internationale.

[www.ofqj.org](http://www.ofqj.org)

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](http://www.vanier.gc.ca)

### • 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.centre-francais-fondations.org](http://www.centre-francais-fondations.org)

[www.fondations.org](http://www.fondations.org)

[www.fondationvocation.org](http://www.fondationvocation.org)



Le "**Guide des bourses**" de la **Fondation de France** est un moteur de recherche qui vous aide à identifier les bourses auxquelles vous êtes éligible. Selon votre situation et votre projet, une bourse d'études à l'étranger peut vous être attribuée.

<http://bourses.fondationdefrance.org>

Le programme européen Erasmus+ vous donne rdv en 2019 pour fêter les #ErasmusDays ! Rejoignez les festivités en participant aux activités et/ou en créant la vôtre !

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)

## 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

Si, en France, le stage s'inscrit toujours dans une formation en lien avec le diplôme préparé, dans une majorité de pays à travers le monde, cette notion s'apparente davantage à une courte période de travail, pas nécessairement liée à un cursus... et 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.



**Vous pouvez partir en stage en Europe et à l'international sans convention** puisqu'il s'agit d'une tradition française.

Toutefois, demandez un écrit stipulant vos conditions de stage : horaires, lieu, avantages éventuels...

#### ■ 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.european-mobility.eu](http://www.european-mobility.eu)  
[www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org)



## COMMENT CHERCHER

### ■ 6 conseils pour optimiser vos recherches

- 1) Commencez les démarches environ 6 mois à l'avance
- 2) Faites le point sur vos compétences et vos motivations
- 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 autres entreprises locales.

[www.ccifrance-international.org](http://www.ccifrance-international.org)

[www.europages.fr](http://www.europages.fr)

[www.wayp.com](http://www.wayp.com)

### ■ Répondre à des offres sur des sites spécialisés

Consultez régulièrement les sites d'offres, sélectionnez celles qui vous intéressent et postulez en ligne :

<https://ec.europa.eu/eures>

[www.internsgopro.com](http://www.internsgopro.com)

<http://erasmusintern.org>

[www.kapstages.com](http://www.kapstages.com)

[www.aidostage.com](http://www.aidostage.com)

[www.iagora.com](http://www.iagora.com)

[www.iquesta.com](http://www.iquesta.com)

[www.praxisnetwork.eu](http://www.praxisnetwork.eu)

[www.eurojobs.com](http://www.eurojobs.com)

### ■ Faire un stage dans une institution européenne ou une organisation internationale

Si vous êtes étudiant (niveau licence) ou jeune diplômé, maîtrisez l'anglais et avez des compétences spécifiques (logistique, interprétariat, droits de l'homme, économie...), tentez votre chance ! Attention, s'ils constituent un vrai plus pour votre CV, ces stages ne sont pas toujours rémunérés.

<http://europa.eu/epso>

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

[www.oecd.org](http://www.oecd.org)

<http://fr.unesco.org>

<https://careers.un.org>

[www.unric.org](http://www.unric.org)

**Eurodesk** recense de nombreuses opportunités de stage à l'étranger sur <https://eurodesk.eu>. Consultez tous les stages disponibles ou filtrez votre recherche par mot-clé, thématique, pays et date limite de candidature !

### ■ Opter pour un stage "clés en main"

Des agences se 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](http://www.loffice.org)



Comment savoir si un organisme qui propose des stages ou job "clés en main" est fiable ? Voici quelques critères utiles :

- > 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 préalable
- > Préférez un organisme agréé, situé en France, et donc soumis au droit français



Retrouvez des infos, conseils, pistes pour trouver un stage, aides financières et sites utiles dans notre brochure "Faire un stage à l'étranger". Elle est disponible dans toutes les structures Eurodesk et téléchargeable sur [https://fr.slideshare.net/Le\\_CIDJ](https://fr.slideshare.net/Le_CIDJ)

## PARTIR DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME

### ■ Le Corps Européen de Solidarité (CES)

Le Corps européen de solidarité est le nouveau programme de l'UE pour les jeunes de 18 à 30 ans souhaitant s'engager dans des actions de solidarité en France ou en Europe.

Le CES cible un public jeune pour un laps de temps défini. L'inscription peut s'effectuer à 17 ans, mais le projet doit démarrer après les 18 ans.

Pour participer au programme, il faut d'abord vous enregistrer sur le portail du Corps européen de solidarité (pass).

Le CES permet de candidater pour des missions de stages, hors cursus scolaire, de 2 à 6 mois (temps plein), en France ou en Europe. Il n'y a pas de prérequis de diplôme pour participer aux différentes activités mais les organismes peuvent

être plus intéressés par certains profils (compétences, expériences, etc.). Le jeune signera un contrat conformément à la législation nationale en vigueur du pays et sera rémunéré par l'organisme qui l'accueille (indemnité de stage ou salaire). Les frais de voyage seront en grande partie couverts.  
[https://europa.eu/youth/solidarity\\_fr](https://europa.eu/youth/solidarity_fr)

### ■ Erasmus+ Formation professionnelle

Les élèves et apprentis peuvent obtenir une bourse pour effectuer un stage de 2 semaines à 12 mois au sein d'une entreprise en Europe. Une bourse est prévue pour les frais de voyage, d'hébergement, de restauration et de transport. Son montant varie selon le pays et la durée de la mobilité. Informez-vous auprès de votre centre de formation.

Les jeunes diplômés de l'enseignement secondaire professionnel et les apprentis nouvellement qualifiés peuvent bénéficier d'une période de stage à l'étranger dans l'année qui suit l'obtention de leur diplôme. Contactez votre conseiller Pôle Emploi pour obtenir le statut de stagiaire de la formation professionnelle.

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.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 ! Movil'App est un projet financé par Erasmus+.  
[www.cci.fr](http://www.cci.fr)



**Ton premier emploi EURES** est une initiative de mobilité de l'emploi de l'UE pour aider les jeunes de 18 à 35 ans à trouver un stage ou un apprentissage dans un autre pays de l'UE, en Norvège ou en Islande. Ce programme vous offre un soutien financier pour couvrir vos frais de transport et d'installation.  
<https://ec.europa.eu/eures>

### ■ Erasmus+ Enseignement supérieur

Les étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur peuvent, dès leur 1<sup>er</sup> année d'études, effectuer un stage de 2 à 12 mois dans un autre pays européen. Possibilité de bourse de 320 à 520 € par mois.

Contactez le service des relations internationales de votre établissement.

[www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)



Les étudiants bénéficient de **12 mois de mobilités Erasmus+**, études et/ou stages, **par cycle d'étude** (licence, master, doctorat).  
[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)

## ■ PRAXES - Stages hors cursus de l'OFAJ

Les bacheliers, jeunes diplômés, demandeurs d'emploi ou jeunes en réorientation, âgés de 18 à 30 ans, qui ont quelques connaissances de la langue allemande et 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. [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)



Pour vous aider dans votre recherche de stages en entreprise en Allemagne : **Plateforme franco-allemande Ecoles-Entreprise** [www.ee-francoallemand.com/fr](http://www.ee-francoallemand.com/fr)

## ■ Stage de perfectionnement de l'OFQJ

Les jeunes Français de 18 à 35 ans, en formation professionnelle continue, en recherche d'emploi ou suivis par une mission locale, qui souhaitent suivre un stage de perfectionnement de 3 à 6 mois dans une entreprise québécoise, peuvent bénéficier du tarif privilégié de l'OFQJ de 590 € comprenant un billet d'avion aller-retour et les assurances nécessaires pour leur mobilité. [www.ofqj.org](http://www.ofqj.org)

## ■ Stage Coop International Expérience Internationale Canada (EIC)

Les étudiants de 18 à 35 ans, ayant un contrat de stage signé, disposant de l'équivalent \$ 2500 canadiens sur leur compte bancaire, et pouvant souscrire à une assurance maladie au Canada, peuvent remplir leur profil EIC en ligne pour de faire un stage d'1 an au Canada. [www.cic.gc.ca](http://www.cic.gc.ca)

## ■ Génération-Coopération-Global Education Network (GéCo-GLEN)

Ce programme européen est ouvert aux étudiants de l'enseignement supérieur agronomique, cursus vétérinaire et paysager, et comporte un stage de 3 mois en binôme européen dans un pays d'Afrique, d'Asie ou d'Amérique latine, et trois séminaires de 4 jours en Europe d'éducation à la solidarité internationale, de préparation au départ et de valorisation des acquis. Les participants bénéficient d'une bourse de 1 200 € du ministère de l'Agriculture. [www.chlorofil.fr](http://www.chlorofil.fr)

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

Ce programme permet à des étudiants boursiers en 2<sup>e</sup> année de Diplôme des Métiers d'Art, de faire un stage de 4 mois chez des artisans d'art en France ou dans un pays en développement. [www.fondationcultureetdiversite.org](http://www.fondationcultureetdiversite.org)

## TROUVER UNE AIDE

### ■ Aides nationales

#### • Aide à la mobilité internationale (sur critères sociaux)

Les étudiants boursiers qui souhaitent 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](http://www.etudiant.gouv.fr)

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

Dans certaines universités, les étudiants ayant un projet de stage à l'étranger et peu de ressources financières, peuvent faire appel à ce fonds. Contactez le service de la vie étudiante de votre université.

#### • Aide à la mobilité - Enseignement technique

Les étudiants qui préparent un bac technologique ou professionnel, ou un brevet de technicien supérieur agricole (BTSA), et qui souhaitent effectuer un stage à l'étranger d'au moins 28 jours peuvent bénéficier d'une bourse allant jusqu'à 1 000 €. Contactez le service des relations internationales de votre établissement. [www.chlorofil.fr](http://www.chlorofil.fr)

### Handicap

Erasmus+ couvre aussi **les frais liés aux besoins spécifiques de votre handicap** : le suivi médical, la rémunération d'un auxiliaire de vie, un hébergement ou transport spécifique, etc. [www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)

Les universités de Lyon et de Grenoble Alpes ont créé **Travelscope**, un guide de la mobilité pour étudiants en situation de handicap qui donne des réponses concrètes aux questions administratives et pratiques (cadre législatif, aides, systèmes de soins et d'assurances, logement accessibles, perception du handicap...) dans 12 pays. <http://travelscope.universite-lyon.fr>



## ■ Aides régionales

La Région Occitanie / Pyrénées - Méditerranée mène une politique volontariste visant à soutenir financièrement les apprentis et les étudiant.e.s qui effectuent une mobilité à l'étranger dans le cadre de leur cursus de formation. (cf Partie "Etudes à l'étranger, aides régionales" p.13).

### Nouveau : un dispositif de mobilité pour les jeunes en insertion

A compter de décembre 2018, la Région Occitanie / Pyrénées-Méditerranée envisage de lancer un nouveau dispositif de mobilité à destination des jeunes en insertion. Un peu plus de 400 jeunes seront concernés. Pour toute information, prendre contact avec votre Mission locale ou votre Ecole Régionale de la 2<sup>ème</sup> Chance (ER2C) du territoire.

Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le site Jeune de la Région Occitanie : [www.laregion.fr/-Le-Site-Jeune](http://www.laregion.fr/-Le-Site-Jeune)

## ■ Aides départementales ou municipales

Les conseils départementaux et les municipalités peuvent vous accorder des bourses pour vous aider à financer votre projet de stage à l'étranger. Consultez leurs sites Internet ou informez-vous auprès du Service Jeunesse de votre mairie.

### • Ville de Toulouse

Dans le cadre de sa participation au réseau XARXA qui rassemble une trentaine de villes européennes qui organisent des stages et séjours pour les apprentis et les jeunes en formation professionnelle, la Ville de Toulouse développe, pour l'année scolaire 2018-2019, une action pour le départ de 14 apprentis de Toulouse vers une ville du Réseau Xarxa et pour l'accueil de 10 jeunes apprentis de villes du réseau Xarxa pour un stage à Toulouse. Ces mobilités bénéficieront du soutien du programme européen ERASMUS+ Pro.

Contact : Association Parcours le Monde

19 rue Jean Mermoz - 31100 Toulouse

Tél. 09 84 19 17 85 - [sudouest@parcourslemonde.org](mailto:sudouest@parcourslemonde.org)

[www.parcourslemonde.org](http://www.parcourslemonde.org)



## ■ Autres aides

### • Diálogo : association d'amitié franco-espagnole

Les étudiants de moins de 30 ans souhaitant effectuer un stage (rémunéré ou non) en Espagne, pendant 1 an maximum, peuvent bénéficier d'un accompagnement à la recherche de stage, d'une aide mensuelle et d'un hébergement à Madrid ou à Barcelone.

[www.dialogo.es](http://www.dialogo.es)

### • Bourse pour stage pratique pendant la formation professionnelle et technologique (BTS) - OFAJ

Les jeunes de 16 à 30 ans en apprentissage, ou en formation professionnelle ou technologique (CAP, Bac Pro, Bac Technologique, BTS, BP, BMA, DMA, MC) qui effectuent un stage d'au moins 4 semaines en Allemagne, peuvent bénéficier d'un forfait frais de voyage et d'une bourse de 300 € par mois, pendant 3 mois. Cette bourse est réservée aux jeunes qui, sans ce soutien, ne pourraient pas partir.

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

### • Bourse pour stage pratique pour étudiants - OFAJ

Les étudiants de moins de 30 ans, inscrits en licence, et qui souhaitent effectuer dans le cadre de leur cursus universitaire un stage d'au moins 1 mois dans une entreprise ou une institution de l'administration allemande, peuvent bénéficier d'un forfait frais de voyage et d'une bourse de 300 € par mois, pendant 3 mois. Cette bourse est réservée aux jeunes qui, sans ce soutien, ne pourraient pas partir.

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

### • Bourse pour un "Job dans la ville jumelée" - OFAJ

Les jeunes âgés de 16 à 30 ans, souhaitant trouver un stage d'1 mois dans une entreprise, au sein d'une institution ou d'une administration allemande située dans la ville ou la région jumelée en Allemagne, peuvent bénéficier d'un forfait frais de voyage, d'une bourse de 300 € (150 € si le logement est gratuit).

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

### • Stage pour étudiants engagés dans la vie étudiante - OFAJ

Les étudiants de 18 à 30 ans, engagés dans la vie étudiante (élus en conseil d'administration ou de résidence, tuteurs, étudiants employés au sein d'un Crous) et qui souhaitent effectuer un stage d'au moins 1 mois pour découvrir l'organisation et les pratiques du réseau des œuvres universitaires en Allemagne, peuvent bénéficier d'un forfait frais de voyage, d'une bourse de 300 € par mois, pendant 3 mois. Cette bourse est réservée aux jeunes qui, sans ce soutien, ne pourraient pas partir.

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

### • Bourse de stage de l'Office franco-québécois pour la jeunesse - OFQJ

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 €.

[www.ofqj.org](http://www.ofqj.org)



## TROUVER UN EMPLOI, UN JOB

Pour mener à bien votre projet d'emploi ou de job à l'étranger, commencez par faire le point sur vos objectifs, compétences et qualités personnelles.

### COMMENT CHERCHER UN EMPLOI

A 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 900 conseillers avec lesquels vous pouvez converser en ligne.



**Ton premier emploi EURES** est une initiative de mobilité de l'emploi de l'UE pour aider les jeunes de 18 à 35 ans à trouver un emploi dans un autre pays de l'UE, en Norvège ou en Islande.

Ce programme vous offre un soutien financier pour couvrir vos frais de transport et d'installation.

<https://ec.europa.eu/eures>

##### • Pôle emploi

Pour faciliter votre expatriation, Pôle emploi vous propose sur le portail [pole-emploi.fr](http://pole-emploi.fr) :

- les offres d'emploi à l'international, un accès direct sur le portail européen des offres d'emploi Eures,
- des salons en ligne, des informations et accès direct sur les aides à la mobilité (mon 1<sup>er</sup> emploi Eures/Reactivate),
- de nombreux e-services sur emploi-store pour vous aider à préparer votre départ : ateliers pays, préparer son départ, formalités, simulateur d'entretiens, tests de langues, e-learning linguistiques...
- la possibilité d'un accompagnement personnalisé au placement 100% visio pour travailler dans le pays de destination par les conseillers Eures/France-Pôle emploi (contactez votre conseiller en agence de proximité).

[www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)

[www.emploi-store.fr](http://www.emploi-store.fr)

<https://ec.europa.eu/eures>

Pour améliorer vos compétences professionnelles et linguistiques par une expérience de travail dans une entreprise Européenne :

Un programme européen Erasmus+ qui permet à des demandeurs d'emploi de bénéficier d'un stage 100 % en entreprises, de 3 ou 6 mois pour les destinations suivantes : pays anglophones, Allemagne, Espagne. Inscription obligatoire à un atelier "Erasmus+" auprès de votre conseiller.

Pour en savoir plus :

[www.pole-emploi.fr/informations/informations/international-@/international](http://www.pole-emploi.fr/informations/informations/international-@/international)

**Direction Pôle emploi Occitanie à Montpellier :**  
**[internationaldr@pole-emploi.fr](mailto:internationaldr@pole-emploi.fr)**

##### • Ville de Montpellier

Dans le cadre de ses jumelages avec Louisville (Kentucky, États-Unis) et Sherbrooke (Canada), la Ville de Montpellier offre la possibilité à des étudiants de bénéficier d'un emploi rémunéré dans une entreprise américaine, pendant quatre semaines au mois de juillet.

Plus d'informations : 04 67 34 70 11

[relations.internationales@ville-montpellier.fr](mailto:relations.internationales@ville-montpellier.fr)

Dossier à télécharger [www.montpellier.fr/2043-programme-d-echange-d-etudiants-en-entreprises.htm](http://www.montpellier.fr/2043-programme-d-echange-d-etudiants-en-entreprises.htm)

##### • Ville de Toulouse

La Ville de Toulouse recrute chaque été des jeunes (entre 18 et 30 ans) en emploi saisonnier pour une durée d'un mois (de juillet à septembre).

Dans ce contexte, la Ville de Toulouse met en place un dispositif d'échanges avec des collectivités locales étrangères. Ce dispositif permet l'accueil de jeunes ressortissants de l'Union européenne sur ces postes saisonniers. En contrepartie, les collectivités locales européennes partenaires accueillent dans des conditions similaires, un nombre identique de jeunes toulousains sur des postes équivalents. Les villes européennes qui participent à cet échange sont Düsseldorf (Allemagne) et Saragosse (Espagne).

Publication des offres en mars/avril sur [www.toulouse.fr](http://www.toulouse.fr)



##### Le projet Trampoline \*

Vous cherchez un premier emploi, un stage, une formation ou un volontariat ? Pourquoi pas en Andorre ou en Espagne (région d'Aragon et Catalogne), proches de notre région Occitanie ? Un réseau de partenaires est à votre disposition pour vous informer et vous accompagner dans vos recherches !  
Pour plus de renseignements : 05 61 21 20 20 - [contact@crij.org](mailto:contact@crij.org)

\* Le projet Trampoline s'inscrit dans le programme européen de coopération transfrontalière Interreg V-A Espagne-France-Andorre (POCTEFA) 2014-2020 et a été cofinancé à hauteur de 65 % par le Fonds Européen de Développement Régional (FEDER)

## ■ 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.

### • Le Corps Européen de Solidarité (CES)

Le CES permet de candidater pour des missions d'emploi, de 3 à 12 mois (temps plein et hors cursus scolaire), en France ou en Europe. Il n'y a pas de prérequis de diplôme pour participer aux différentes activités mais les organismes peuvent être plus intéressés par certains profils (compétences, expériences, etc). Pour participer au programme, il faut d'abord vous enregistrer sur le portail du Corps européen de solidarité (pass). Le jeune signera un contrat conformément à la législation nationale en vigueur du pays et sera rémunéré par l'organisme qui l'accueille (indemnité de stage ou salaire). Les frais de voyage seront en grande partie couverts.

[https://europa.eu/youth/solidarity\\_fr](https://europa.eu/youth/solidarity_fr)

Les conseillers Pôle emploi accompagnent les jeunes sur ce dispositif.

En Occitanie : [internationaldr@pole-emploi.fr](mailto:internationaldr@pole-emploi.fr)

Plus d'informations : <https://escorps.eu/fr>

### • Envoyer des candidatures spontanées

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

[www.ccifrance-international.org](http://www.ccifrance-international.org)

[www.tresor.economie.gouv.fr](http://www.tresor.economie.gouv.fr)

<http://fr.kompass.com>

[www.lemoci.com](http://www.lemoci.com)

[www.europages.fr](http://www.europages.fr)

[www.wayp.com](http://www.wayp.com)

### • Prospectez sur tous les fronts :

Sites spécialisés

<https://ec.europa.eu/eures>

[www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr)

[www.jobtrotter.com](http://www.jobtrotter.com)

[www.myexpatjob.com](http://www.myexpatjob.com)

Réseaux sociaux professionnels

[www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)

[www.xing.com](http://www.xing.com)

Salons de recrutement transfrontaliers et internationaux

[www.europeanjobdays.eu](http://www.europeanjobdays.eu)

[www.leforumexpat.com](http://www.leforumexpat.com)

[www.expatriermodedemploi.org](http://www.expatriermodedemploi.org)

[www.destination-canada-forum-emploi.ca](http://www.destination-canada-forum-emploi.ca)

[www.journeesquebec.gouv.qc.ca](http://www.journeesquebec.gouv.qc.ca)

Jetez aussi un œil aux annonces parues dans la presse étrangère, auprès des services publics d'emploi, des agences de travail temporaire...



**Erasmus pour jeunes entrepreneurs** offre aux jeunes et futurs entrepreneurs la possibilité de se former pendant 1 à 6 mois auprès d'entrepreneurs installés dans un autre pays européen.  
[www.erasmus-entrepreneurs.eu](http://www.erasmus-entrepreneurs.eu)

## 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 la base de données sur le site L'Europe est à vous. Si tel est le cas, le centre ENIC-NARIC du pays vous informera sur les procédures à suivre pour exercer votre profession dans son pays et vous orientera vers les autorités compétentes qui délivrent des autorisations d'exercice de ladite profession sur le territoire concerné.

<https://europa.eu/youreurope>

[www.enic-naric.net](http://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).



Vous êtes infirmier, pharmacien, kinésithérapeute, guide de montagne ou agent immobilier et souhaitez exercer votre profession dans un autre pays de l'UE ? Demandez votre **carte professionnelle européenne (EPC)** ! Cette procédure simplifie la reconnaissance de vos qualifications professionnelles à l'étranger.  
<https://europa.eu/youreurope>

## COMMENT CHERCHER UN JOB

Contrairement à un emploi, un 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 :

#### • Hôtellerie-Restauration

C'est LE secteur dans lequel les offres sont les plus faciles à trouver, surtout sans expérience.

[www.lhotellerie-restauration.fr](http://www.lhotellerie-restauration.fr)

[www.eurohoteljobs.com](http://www.eurohoteljobs.com)

[www.hotelcareer.com](http://www.hotelcareer.com)

• **Animation et Tourisme**

Les centres sportifs, campings, parcs d'attractions et offices de tourisme recrutent des accompagnateurs, surveillants et animateurs. Le BAFA (brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur) est parfois un exigé.

[www.planetanim.fr](http://www.planetanim.fr)

[www.animjobs.com](http://www.animjobs.com)

[www.tourisme-espaces.com](http://www.tourisme-espaces.com)

• **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 le gîte et couvert tiennent parfois lieu de salaire.

[www.pickingjobs.com](http://www.pickingjobs.com)

[www.fruitfuljobs.com](http://www.fruitfuljobs.com)

[www.picktheworld.org](http://www.picktheworld.org)

**Notre conseil :** 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...). Avec un niveau débutant, commencez par faire la plonge, le ménage ou la collecte de fruits et mettez en avant votre personnalité, votre motivation et votre forme physique !

■ **Opter pour un job "clés en main"**

Des agences se 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, tarifs, remboursement...). Pour savoir comment reconnaître un organisme fiable (cf Partie "Trouver un Stage" p.18).

➔ Chaque année, le réseau Information Jeunesse organise des Journées Jobs d'été partout en France. [www.jobs-ete.com](http://www.jobs-ete.com)



Retrouvez des infos, conseils, témoignages et sites utiles dans notre brochure **"Trouver un job à l'étranger"**. Elle est disponible dans toutes les structures Eurodesk et téléchargeable sur [https://fr.slideshare.net/Le\\_CIDJ](https://fr.slideshare.net/Le_CIDJ)

**FORMULER VOTRE CANDIDATURE**

Pour postuler à l'étranger, il ne s'agit pas seulement de traduire votre CV et lettre de motivation dans une langue étrangère, il faut aussi les adapter aux habitudes du pays.

■ **Rédiger votre CV**

Voici les quelques règles à respecter :

- Ecrivez votre CV dans la langue du pays
- Soignez la présentation, votre CV doit être agréable à l'œil
- Présentez vos compétences et savoir-faire utiles pour le poste
- Valorisez vos bons résultats scolaires et professionnels
- Précisez l'équivalence ou le détail de votre formation plutôt que la traduction de vos diplômes
- Faites relire votre CV par une personne qui maîtrise la langue



Retrouvez des infos et conseils par pays, un lexique, des équivalences de diplômes et autres sites utiles dans notre brochure **"Rédiger son CV en anglais"**. Elle est disponible dans toutes les structures Eurodesk et téléchargeable sur [https://fr.slideshare.net/Le\\_CIDJ](https://fr.slideshare.net/Le_CIDJ)

■ **Rédiger votre 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 CV et le Portfolio Europass vous aideront à présenter vos compétences et qualifications de manière claire dans les différentes langues de l'UE. <https://europass.cedefop.europa.eu>

**AUTRES PISTES**

■ **Bourse pour un "Job dans la ville jumelée" - OFAJ**

Les jeunes âgés de 16 à 30 ans souhaitant trouver un job d'1 mois dans une entreprise, au sein d'une institution ou d'une administration située dans la ville ou la région jumelée en Allemagne peuvent bénéficier d'un forfait frais de voyage et d'une bourse de 300 € (150 € si le logement est gratuit). [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

### Au pair à l'étranger

La 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.

[www.iapa.org](http://www.iapa.org)

[www.ufaap.org](http://www.ufaap.org)

[www.unosel.org](http://www.unosel.org)

### 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, Hong-Kong, Japon, Mexique, Nouvelle-Zélande, Russie, Taïwan et Uruguay. Le PVT permet aux jeunes de 18 à 30 ans (35 ans pour 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). Il faut justifier de ressources suffisantes pour subvenir à ses besoins dans le pays.

<http://pvtistes.net>

### Permis "Jeunes professionnels" Expérience Internationale Canada

Ce programme est destiné aux jeunes Français âgés de 18 à 35 ans souhaitant se perfectionner ou se réorienter professionnellement au Québec. Contrairement au PVT, il faut avoir trouvé un employeur pour déposer une demande de permis. [www.canada.ca](http://www.canada.ca)

### Assistant de français à l'étranger

Chaque année, le CIEP propose 1 400 postes d'assistants de français dans 22 pays. Ce programme s'adresse aux étudiants, sous conditions d'années et de domaines d'études. Les critères d'éligibilité et conditions de travail diffèrent selon les pays et établissements d'affectation. Vous recevez une rémunération (de 135 à 2 365 € par mois selon les pays), mais les frais de voyage, visa, nourriture et logement sont généralement à votre charge.

[www.ciep.fr](http://www.ciep.fr)

### Lecteur de français à l'étranger

Les personnes titulaires d'un master peuvent adresser leur candidature aux établissements étrangers, de préférence à ceux qui ont des départements de Français, Langues et Civilisations. Les contrats de travail varient selon le pays et l'établissement. Le diplôme de Français Langue Etrangère (FLE) est souvent exigé.

[www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org)

## FAIRE DU VOLONTARIAT

**Vous souhaitez vous investir dans la société, aider les autres, vous rendre utile ? Différentes possibilités de volontariat s'offrent à vous. Choisissez celle qui vous correspond le mieux et engagez-vous !**

### LE CORPS EUROPÉEN DE SOLIDARITÉ (CES)

Le CES permet de candidater pour des missions de volontariat de 12 mois maximum, dans un autre pays, principalement en Europe. Le CES cible un public jeune pour un laps de temps défini. L'inscription peut s'effectuer à 17 ans, mais le projet doit démarrer après les 18 ans. Le corps reprend les grandes lignes du service volontaire européen (SVE).

Pour participer au programme, il faut d'abord vous enregistrer sur le portail du Corps européen de solidarité (pass). Lors de l'inscription, le jeune sera invité à fournir ses coordonnées. D'autres informations seront recueillies à un stade ultérieur. En s'inscrivant, il aura la possibilité de préciser les pays qui l'intéressent, préciser qu'il souhaite une activité de volontariat, et choisir le type d'activités qui l'intéresse et de mentionner son expérience ainsi que ses compétences. Le jeune :

- ne perçoit pas une rémunération mais une petite indemnité pour couvrir vos dépenses personnelles,
- les frais de voyage (en grande partie), de logement, de nourriture et d'assurance sont pris en charge,
- bénéficie d'une formation adéquate avant de partir et lors de son arrivée sur place.

[https://europa.eu/youth/solidarity\\_fr](https://europa.eu/youth/solidarity_fr)



Comme pour le programme Erasmus+, participer à une action du CES dans le cadre du volontariat permet d'obtenir un Youthpass. Ce certificat européen identifie et valorise les compétences non-formelles acquises pendant votre expérience à l'étranger ; un vrai "+" pour son CV ! [www.youthpass.eu](http://www.youthpass.eu)

Toutes les structures labélisées CES sur la région sur le site d'EOLE Occitanie : <https://eole-occitanie.org/cartographies-occitanie>

### SERVICE CIVIQUE À L'INTERNATIONAL

Ce programme permet aux jeunes français âgés de 16 à 25 ans, d'accomplir une mission d'intérêt général (éducation pour tous, environnement, intervention d'urgence en cas de crise...) à l'international pour une période de 6 à 12 mois. Les volontaires reçoivent une indemnité de 472,97 € par mois et bénéficient d'une protection sociale. Ils peuvent aussi toucher une bourse de 107,66 € sur critères sociaux. Leurs frais de transport et d'hébergement ne sont pas toujours couverts. [www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr)

## VOLONTARIAT FRANCO-ALLEMAND

Le Volontariat Franco-Allemand est un Service Civique : on a le statut de volontaire en service civique. Il existe plusieurs types de volontariat franco-allemand (environnemental, en milieu scolaire et universitaire, ...).

Plus d'informations : <https://volontariat.ofaj.org>



La quinzaine Franco-Allemande est une manifestation qui a eu lieu en Occitanie en 2018. L'objectif est de promouvoir les liens unissant Français et Allemands et de faire vivre l'amitié franco-allemande. Elle se déroulera alternativement en Allemagne et en France. [www.15francoallemandeoccitanie.fr](http://www.15francoallemandeoccitanie.fr)

## VOLONTARIAT DE SOLIDARITÉ INTERNATIONALE (VSI)

Ce programme national 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...). Les volontaires sont pris en charge par l'une des associations agréées qui cofinancent la formation, les frais de voyage, l'indemnité de subsistance, la couverture sociale et l'accompagnement au retour. Contactez une association agréée VSI.

[www.france-volontaires.org](http://www.france-volontaires.org)

## VOLONTARIAT INTERNATIONAL EN ENTREPRISE OU EN ADMINISTRATION (VIE/VIA)

Ces dispositifs permettent aux étudiants, jeunes diplômés ou en recherche d'emploi, de 18 à 28 ans, de s'engager comme volontaire international, pour une période de 6 à 24 mois (renouvelables), dans une entreprise française implantée à l'étranger (VIE) ou en administration (VIA). Les volontaires reçoivent une indemnité forfaitaire et leurs frais de voyage et d'installation et la protection sociale sont pris en charge.

[www.civiweb.com](http://www.civiweb.com)

## VOLONTARIAT DES NATIONS UNIES (VNU)

Ce programme de volontariat a pour objectif de soutenir la paix et le développement dans le monde. Les jeunes diplômés d'au moins 25 ans, ayant au moins 2 ans d'expérience professionnelle, et capables de travailler dans un environnement multiculturel peuvent postuler. La plupart des missions ont lieu de 6 à 12 mois (renouvelables), mais des missions de 3 mois ou moins sont également possibles. 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](http://www.unv.org)

## VOLONTARIAT INTERNATIONAL DE LA FRANCOPHONIE (VIF)

Ce programme offre aux jeunes francophones de 21 à 34 ans et titulaires d'un diplôme universitaire ou équivalent, la possibilité de réaliser une mission d'1 an, au sein d'une institution francophone. Les volontaires mènent des actions de promotion de la langue et de la culture française, de la paix, de la démocratie et des droits de l'homme, et de l'éducation au service du développement durable. Ils perçoivent une indemnité mensuelle de subsistance, leurs frais de transports aller-retour sont couverts et ils bénéficient d'une assurance santé, d'une assurance rapatriement sanitaire et d'une responsabilité civile "vie privée".

[www.jeunesse.francophonie.org](http://www.jeunesse.francophonie.org)

## VOLONTARIAT DE L'AIDE DE L'UNION EUROPÉENNE

Cette initiative européenne permet à tous les citoyens de l'UE, d'au moins 18 ans, d'apporter leur soutien à l'organisation de l'aide humanitaire et de contribuer à renforcer les capacités locales et la résilience des communautés victimes de catastrophes. Les missions varient de 1 à 18 mois. Les frais de transport, d'assurance et de logement des volontaires sont pris en charge et une indemnité mensuelle leur est versée.

<https://eacea.ec.europa.eu/eu-aid-volunteers>



Après votre volontariat, l'**Institut de l'Engagement** vous accompagne sur votre projet d'avenir : reprise d'études, recherche d'emploi, création d'activité. [www.engagement.fr](http://www.engagement.fr)

Eurodesk vous donne rdv au mois d'octobre pour "Time to Move", sa campagne européenne d'information sur la mobilité en Europe et à l'international. Retrouvez toutes les animations sur : <https://timetomove.eurodesk.eu>

Correspondants régionaux : CRIJ Occitanie  
Montpellier : 04 67 04 36 66 - [fabrice.villiere@crij-montpellier.com](mailto:fabrice.villiere@crij-montpellier.com)  
Toulouse : 05 61 21 20 20 - [monique.garrigues@crij.org](mailto:monique.garrigues@crij.org)



## PARTIR AUTREMENT

**Vous souhaitez partir à l'étranger, tout en étant encadré ? Optez pour un échange de jeunes, un chantier, ou un séjour linguistique ! Il existe aussi des alternatives comme le Wwoofing pour partir à l'aventure.**

### PARTIR DANS LE CADRE D'UN PROGRAMME

#### ■ Échanges de jeunes

Ce programme européen permet à des groupes de 16 à 60 jeunes d'au moins deux pays différents, de se rencontrer et d'apprendre à mieux se connaître en participant à des activités ludiques et pédagogiques organisées autour d'un thème (lutte contre les exclusions, art et culture, protection du patrimoine, sport...). Les participants doivent avoir entre 13 et 30 ans, et partir pendant 5 à 21 jours. Leurs frais de voyage, d'hébergement et de nourriture sont couverts par le programme Erasmus+.

[www.erasmusplus-jeunesse.fr](http://www.erasmusplus-jeunesse.fr)

Vous pouvez retrouver les structures ayant été subventionnées dans le cadre de ce programme en région sur le site d'EOLE Occitanie :

<https://eole-occitanie.org/cartographies-occitanie>



Le Corps Européen de Solidarité (CES) est le nouveau programme de l'UE pour les jeunes de 18 à 30 ans souhaitant s'engager dans des actions de solidarité en France ou en Europe.

Le CES permet de demander des financements pour mettre en place son propre "projet de solidarité" :

- Pour cela il faut monter un groupe d'au moins cinq jeunes et organiser, sur une période de 2 à 12 mois, une ou plusieurs actions d'entraide dans votre quartier, ville ou région.
- L'aide financière européenne pouvant être accordée au projet est de 500 € par mois.

#### ■ Chantiers de jeunes bénévoles

Les chantiers permettent aux jeunes, dès 14 ans, de participer à un projet collectif en France ou à l'étranger. Ces projets se déroulent sur une période de 2 à 3 semaines et interviennent dans 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](http://www.cotravaux.org)

[www.concordia.fr](http://www.concordia.fr)

[www.volontariat.org](http://www.volontariat.org)

[www.solidaritesjeunes.org](http://www.solidaritesjeunes.org)

#### ■ Partir en séjour linguistique

Selon votre âge, votre activité, votre motivation et votre porte-monnaie, vous pouvez choisir entre diverses formules allant d'1 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) et il existe peu d'aides.

[www.unosel.com](http://www.unosel.com)

[www.loffice.org](http://www.loffice.org)

#### Handicap

Le site FOXP2 permet la mise en relation des familles de jeunes en situation de handicap partout en Europe dans le but de faciliter les voyages linguistiques en partant du principe que les familles partagent les mêmes aménagements et savoir-faire.

[www.foxp2.eu](http://www.foxp2.eu)

#### ■ Devenir animateur FranceMobil en Allemagne

Les jeunes de moins de 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 1 250 € par mois et un Renault Kangoo est mis à leur disposition pour sillonner les routes des Länders.

[www.francemobil.fr](http://www.francemobil.fr)

## AUTRES PISTES

#### ■ Le Wwoofing, une alternative "écologique"

Le Wwoofing (ou World-Wide Opportunities on Organic Farms) permet à toute personne majeure de donner de son temps en participant aux différentes tâches sur une propriété agricole (jardin, potager, verger, animaux). Vous travaillez bénévolement quelques heures par jour, en échange du gîte et du couvert. Le wwoofing est une alternative économique et un mode de pensée : c'est vivre un temps près de la terre et de ses habitants.

<http://www.woof.net>



## ■ Partir avec un sac à dos

C'est à la fois une expérience de perte de repères et d'apprentissages personnels et culturels ! Si vous envisagez de partir avec votre sac à dos, suivez ces conseils :

- Ne partez jamais sans avoir fait un point santé : être aventurier, c'est bien, mais être couvert en cas de pépin, c'est mieux !
- Conservez une copie de vos documents importants (passeport, visa, billets d'avion) dans votre boîte mail : si vous les perdez, cela vous facilitera la vie sur place.
- Vous êtes perdu ? Rassurez-vous, notre administration consulaire (ambassade, consulat) n'est jamais bien loin !
- Vous voulez tenter un petit job non déclaré ? Très mauvaise idée ! Vous ne connaissez pas assez le pays, ni sa législation... inutile de passer par la case prison !

Eurodesk recense de nombreux concours et appels à projets pour les jeunes européens sur son site. Certains vous permettent de gagner de l'argent, d'autres d'être reporter d'un jour au Parlement européen, de participer à un atelier photo ou à une rencontre de jeunes européens, etc. Pensez à y jeter un œil ! <https://eurodesk.eu>

## TROUVER UNE AIDE

### ■ Aides nationales

Vous êtes étudiant et avez un projet culturel ou humanitaire à l'étranger ? Participez au **concours "Culture Actions"** (catégorie "ActionS/Engagement et solidarité") pour tenter de remporter une subvention allant de 500 à 2 000 €. Contactez le Centre culturel du CROUS de votre ville. [www.etudiant.gouv.fr](http://www.etudiant.gouv.fr)

L'ANCV et le ministère en charge du tourisme soutiennent le départ en vacances des jeunes de 18 à 25 ans en leur proposant un coup de pouce financier. Le programme **Départ 18:25** s'adresse aux étudiants boursiers, aux jeunes sous contrat de formation en alternance, en contrat aidé, en service civique, ou aux jeunes dont le revenu fiscal de référence est inférieur à 17 280 € par an. [www.depart1825.com](http://www.depart1825.com)

### ■ Aides d'associations et de fondations privées

#### • Prix Initiative Jeunes Fondation Banque Populaire du Sud

Ce prix s'adresse aux jeunes entre 18 et 28 ans qui ont un projet en tête. Cela peut concerner des initiatives de mobilité à l'international. [www.fondation-bpsud.fr](http://www.fondation-bpsud.fr)

#### • Bourse Zellidja

Elle 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](http://www.zellidja.com)

#### • Bourse de la vocation de la Fondation Marcel Bleustein-Blanchet

Elle 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.fondationvocation.org](http://www.fondationvocation.org)

#### • Bourse Aventure Labalette de la Guilde

Elle soutient des projets d'exploration originaux, à pied, à cheval, à vélo, en canoë... [www.la-gilde.org](http://www.la-gilde.org)

#### • Bourse Expé

Elle soutient des projets d'expédition menés dans un cadre amateur dans les sports de montagne en France ou à l'étranger. <http://bourses-expe.com>

#### • Bourse de la fondation l'AMOPA

Elle aide les jeunes de 18 à 25 ans à mener un travail d'étude ou de recherche, en France ou à l'étranger, sur le sujet de leur choix. Bourses attribuées : de 1 000 à 1 500 €. [www.amopa.asso.fr](http://www.amopa.asso.fr)

#### • Bourse Millet Expedition Project

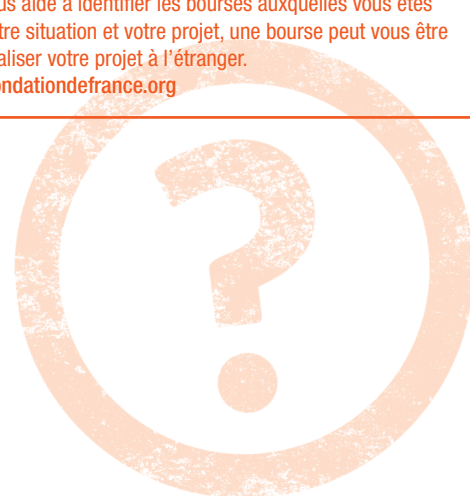
Elle soutient des initiatives individuelles ou collectives dont l'objectif est de promouvoir les sports de montagne, l'aventure et les expéditions en France et à l'étranger. <http://millet-expedition-project.com>

#### • Autres bourses disponibles sur :

[www.centre-francais-fondations.org](http://www.centre-francais-fondations.org)  
[www.fondations.org](http://www.fondations.org)  
[www.fondationvocation.org](http://www.fondationvocation.org)



Le **"Guide des bourses" de la Fondation de France** est un moteur de recherche qui vous aide à identifier les bourses auxquelles vous êtes éligible. Selon votre situation et votre projet, une bourse peut vous être attribuée pour réaliser votre projet à l'étranger. <http://bourses.fondationdefrance.org>



## EN SAVOIR PLUS

### LES RÉSEAUX D'INFORMATION EN OCCITANIE

Les organismes ressources ci-dessous peuvent aider pour obtenir des réponses à des questions sur la mobilité européenne (et un peu plus loin) des jeunes et apporter un accompagnement pour mener à bien des projets.

#### Eurodesk

Eurodesk est un réseau présent dans 34 pays européens et soutenu par la Commission européenne. En France, Eurodesk s'appuie sur le réseau Information Jeunesse avec le CIDJ comme coordinateur national.

**Sa mission :** Informer les jeunes sur les différentes opportunités de mobilité en Europe et à l'international et les encourager à devenir des citoyens actifs. Pour cela, ce réseau d'experts apporte des réponses sur mesure aux demandes des jeunes, conçoit des outils, organise des événements, forme les professionnels, et gère le Portail européen de la jeunesse.

Des référents Eurodesk sont présents dans chaque département de l'Occitanie.

#### Correspondants régionaux : CRIJ Occitanie

Montpellier : 04 67 04 36 66 / [fabrice.villiere@crij-montpellier.com](mailto:fabrice.villiere@crij-montpellier.com)

Toulouse : 05 61 21 20 20 / [monique.garrigues@crij.org](mailto:monique.garrigues@crij.org)

<https://eurodesk.eu> - [f](#) [t](#) [i](#) [@EurodeskFR](#)

#### Europe Direct

Les Centres d'Information Europe Direct (CIED) s'adressent à un large public (particuliers, jeunes, associations, collectivités territoriales, porteurs de projets, entreprises). Ils fournissent des informations sur l'Union européenne, ses politiques et ses programmes de financement. Ils apportent assistance dans toute recherche d'information et orientent, le cas échéant, vers d'autres sources plus appropriées.

[https://ec.europa.eu/france/services/contact-points\\_fr](https://ec.europa.eu/france/services/contact-points_fr)

#### Maison de l'Europe

La mission de la Maison de l'Europe est la sensibilisation du grand public au projet européen.

Tous les contacts sur : [www.maisons-europe.eu](http://www.maisons-europe.eu)

#### Centre de Documentation Européenne (CDE) : les bibliothèques de l'Europe

Les CDE sont implantés dans les universités et les institutions d'enseignement supérieur et de recherche. Ils sont également ouverts au grand public.

Tous les contacts sur : [https://ec.europa.eu/france/services/contact-points\\_fr](https://ec.europa.eu/france/services/contact-points_fr)



### Europe Direct Réseau officiel d'information sur l'Union européenne

un site web : [http://ec.europa.eu/eurodirect/index\\_fr.htm](http://ec.europa.eu/eurodirect/index_fr.htm)

un service téléphonique gratuit : 0 800 6 7 8 9 10 11

5 centres d'information en Occitanie :

#### ► Auch

Gers / Hautes-Pyrénées / Lot - Europe Direct Auch - Gascogne - Occitanie

Tél. 05 62 60 21 21 - [contact@europe-gascogne.eu](mailto:contact@europe-gascogne.eu) - [www.europe-gascogne.eu/](http://www.europe-gascogne.eu/)

#### ► Montpellier

Aveyron / Hérault - Europe Direct Montpellier Occitanie

Tél. 04 67 02 72 72 - [europelr@europelr.eu](mailto:europelr@europelr.eu) - [www.europelr.eu/](http://www.europelr.eu/)

#### ► Nîmes

Gard / Lozère - Europe Direct Occitanie Bas Rhône Cévennes

Tél. 04 66 21 77 50 - [info@maison-europe-nimes.eu](mailto:info@maison-europe-nimes.eu) - [www.maison-europe-nimes.eu/](http://www.maison-europe-nimes.eu/)

#### ► Prades

Aude / Ariège / Pyrénées-Orientales - Europe Direct Pyrénées en Région Occitanie

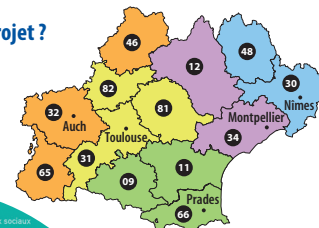
Tél. 04 68 05 38 84 - [contact@europedirectpyrenees.eu](mailto:contact@europedirectpyrenees.eu) - [www.europedirectpyrenees.eu/](http://www.europedirectpyrenees.eu/)

#### ► Toulouse

Haute-Garonne / Tarn / Tarn-et-Garonne - Europe Direct Toulouse Occitanie

Tél. 05 61 53 94 86 - [europe.toulouse@orange.fr](http://europe.toulouse@orange.fr) - [www.europe-toulouse.eu/](http://www.europe-toulouse.eu/)

Une question sur l'Europe ? Un projet ?  
Une demande d'animation ?  
Une envie de mobilité ?  
Besoin de documentation ?  
Contactez-nous !



Les institutions ci-dessous peuvent apporter un soutien pour mener à bien des projets.

### ■ Région Occitanie

La Région Occitanie / Pyrénées - Méditerranée mène une politique volontariste visant à soutenir financièrement les apprentis et les étudiants qui effectuent une mobilité à l'étranger dans le cadre de leur cursus de formation.

Pour plus de renseignements, vous pouvez consulter le site Jeune de la Région Occitanie : [www.laregion.fr/-Le-Site-Jeune](http://www.laregion.fr/-Le-Site-Jeune)

### ■ Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale Occitanie (DRJSCS)

Corinne Lenain : Responsable régionale sur la mobilité européenne et internationale des jeunes (REIJ) / Responsable régionale des chantiers de jeunes bénévoles internationaux

Rodolphe Berneise : Coordonnateur Régional Service Civique  
Pôle Cohésion Sociale : 3 avenue Charles Flahault, à Montpellier

La DRJSCS est en charge de la coordination régionale du chantier de la mobilité européenne et internationale des jeunes ainsi que du développement des programmes de mobilité dans le cadre de l'éducation non formelle.

### ■ Direction Régionale de l'Alimentation, de l'Agriculture et de la Forêt Occitanie (DRAAF)

Siège de la DRAAF à Toulouse - Tél. 05 61 10 61 10  
Site de Montpellier - Tél. 04 67 10 19 00

La DRAAF apporte les conseils nécessaires à la mobilité individuelle à l'étranger pour les élèves et étudiants, en formation initiale scolaire dans les établissements d'enseignement agricole.

### ■ Chambre Régionale de Métiers et de l'Artisanat Occitanie (CRMA)

Siège social : 59 Ter chemin Verdale - 31240 Saint-Jean  
Site de Castelnau Le Lez : 65 avenue Clément Ader  
Tél. 05 62 22 94 27

La CRMA gère l'accueil et l'envoi des apprentis de leurs centres de formation en Europe.

### ■ Les délégués académiques aux relations européennes et internationales (DAREIC)

L'ouverture internationale des établissements scolaires est un axe important de la politique de formation du ministère. Ils assurent la coordination des activités académiques dans ce domaine (échanges de classes, activités internationales dans les établissements techniques et professionnels...).

**DAREIC de l'Académie de Montpellier**  
31 rue de l'Université - 34064 Montpellier Cedex  
Tél. 04 67 91 47 00 - [ce.recdaric@ac-montpellier.fr](mailto:ce.recdaric@ac-montpellier.fr)

**DAREIC de l'Académie de Toulouse**  
75 rue Saint Roch - 31400 Toulouse  
Tél. 05 36 25 87 81 - [daric@ac-toulouse.fr](mailto:daric@ac-toulouse.fr)

### ■ Les universités

**Mouv'Box - Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées**  
41 allées Jules Guesde - CS 61321 - 31013 Toulouse cedex 6  
Prise de rendez-vous en ligne ou contact par mail  
<http://mouvbox.univ-toulouse.fr> / [mouvbox@univ-toulouse.fr](mailto:mouvbox@univ-toulouse.fr)

Le dispositif Mouv'Box accompagne tous les étudiants des établissements membres de l'Université Fédérale Toulouse Midi-Pyrénées dans leur projet de mobilité internationale.

**ComUE Languedoc-Roussillon Universités**  
Service Accueil International Étudiants Chercheurs  
8 rue de l'École Normale - 34090 Montpellier  
<https://languedoc-roussillon-universites.fr>

Le service Accueil International Étudiants/Chercheurs (SAIEC) de la ComUE Languedoc-Roussillon Universités est une plateforme d'accueil multiservices pour tous les étudiants et chercheurs internationaux.

Vous trouverez sur ces sites les liens vers les bureaux des relations internationales des universités de la région Occitanie.

### ■ Solidarité Internationale

#### Occitanie Coopération : Réseau Régional Multi-Acteurs (RRMA)

Occitanie Coopération fédère tous les acteurs régionaux engagés dans des actions de coopération ou de solidarité internationales. Il propose un service d'intermédiation du service civique, des informations sur les dispositifs existants et leur mise en œuvre, la mise en réseau des acteurs de la mobilité internationale solidaire, l'appui à l'élaboration de projets, et intervient dans les programmes de formation

[www.oc-cooperation.org](http://www.oc-cooperation.org)

**RITIMO** : 90 lieux ouverts au public pour informer. Un réseau d'information et de documentation pour la solidarité et le développement durable.

[www.ritimo.org](http://www.ritimo.org)

## SITES INTERNET DE RÉFÉRENCE

**Portail national "Découvrir le monde"**, site d'informations publiques sur la mobilité européenne et internationale des jeunes. Il recense de nombreux programmes régionaux, nationaux et européens de soutien aux projets de jeunes à l'étranger : [www.decouvriremonde.jeunes.gouv.fr](http://www.decouvriremonde.jeunes.gouv.fr)

**Portail de l'Union Européenne** : <http://europa.eu>

**Portail L'Europe est à vous** : <http://europa.eu/youreurope>

**Portail français sur les questions européennes** : [www.touteurope.eu](http://www.touteurope.eu)

**Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères** : [www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

### ■ Programmes européens

- Portail du programme européen Erasmus+ pour l'éducation la formation, la jeunesse et le sport : <https://info.erasmusplus.fr>
- Agence Erasmus+ France Education et Formation : [www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr)
- Agence Erasmus+ France Jeunesse & Sport : [www.erasmusplus-jeunesse.fr](http://www.erasmusplus-jeunesse.fr)
- Portail des bénéficiaires Erasmus+ : [www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr)
- Corps européen de solidarité : [https://europa.eu/youth/solidarity\\_fr](https://europa.eu/youth/solidarity_fr)

### ■ Études

- Ma Voie Pro Europe, le portail européen sur la mobilité des jeunes en voie professionnelle : <http://mavoieproeurope.onisep.fr>
- Portail européen de l'éducation : <https://ec.europa.eu/ploteus>
- Informations sur les systèmes éducatifs européens : <http://eacea.ec.europa.eu>
- Euroguidance, le portail pour s'orienter, étudier et se former en Europe : [www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org)
- Ministère de l'Education nationale, de l'Enseignement supérieur et de la Recherche : [www.enseignementsup-recherche.gouv.fr](http://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr)

### ■ Mobilité professionnelle

- Portail européen sur la mobilité de l'emploi : <https://ec.europa.eu/eures>
- Pôle Emploi : [www.pole-emploi.fr](http://www.pole-emploi.fr) - [www.emploi-store.fr](http://www.emploi-store.fr)
- Reconnaissance professionnelle : [www.enic-naric.net](http://www.enic-naric.net)
- CV et portfolio Europass : <http://europass.cedefop.europa.eu>
- Voyager et travailler à l'étranger avec le PVT : <http://pvtistes.net>

### ■ Volontariat

- Service civique : [www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr)
- Chantiers internationaux : [www.cotravaux.org](http://www.cotravaux.org)
- Échanges et solidarité internationale : [www.france-volontaires.org](http://www.france-volontaires.org)
- Volontariat international en entreprise/administration : [www.civiweb.com](http://www.civiweb.com)
- Échanges franco-allemands : [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)
- Échanges franco-qubécois : [www.ofqj.org](http://www.ofqj.org)



Envie de nouvelles expériences ?

[europa.eu/youth](http://europa.eu/youth)

Étudier

Travailler

Entreprendre

Partager

Voyager

Découvrir

Agir

Participer

Etre volontaire

Connaître mes droits

Me soigner



Erasmus+

europdesk





## ÉOLE OCCITANIE

### LE RÉSEAU DES ACTEURS DE LA MOBILITÉ INTERNATIONALE EN OCCITANIE

Éole Occitanie est la plateforme régionale des acteurs de la mobilité internationale des jeunes. Elle est soutenue par la DRJSCS Occitanie et par la Région Occitanie.

Éole Occitanie souhaite rendre plus accessible les départs (et les retours !) à tous les jeunes Occitans. Pour ce faire, Éole Occitanie assure la complémentarité entre les acteurs de l'éducation formelle, de l'éducation non formelle, du monde économique et de l'insertion.

#### 4 objectifs

- Alimenter le diagnostic de la mobilité internationale en Occitanie
- Diffuser les réalisations des projets de mobilité, les témoignages des jeunes
- Outiller les professionnels dans l'accompagnement du public (documentation, intervention)
- Renforcer la mise en réseau des acteurs de la mobilité internationale (appui des collectifs départementaux, animation des groupes de travail)

Pour mener à bien ces objectifs, Éole Occitanie dispose d'un outil de travail numérique collaboratif qui permet à ses membres d'accéder à une veille informative, une bibliothèque de documents, un agenda partagé des événements de mobilité, des cartographies d'acteurs, etc.

Afin de communiquer sur les actions et d'informer sur la mobilité internationale, Éole Occitanie s'est doté d'un site Internet, vitrine des actions de la plateforme et de ses partenaires et de réseaux sociaux :

[www.eole-occitanie.org](http://www.eole-occitanie.org) - [f](#) [t](#) [i](#) [@EoleOccitanie](#)



#### Contact :

##### **CRIJ Occitanie**

17 rue de Metz - 31000 Toulouse  
Tél. 05 61 21 20 20

3 avenue Charles Flahault  
34094 Montpellier cedex 5  
Tél. 04 67 04 36 66

[eole-occitanie@crij.org](mailto:eole-occitanie@crij.org)

Directeur de la publication : Jean-Pierre Margaix  
Directrice de la rédaction : Catherine Lemouzy  
Rédaction : Monique Garrigues / Fabrice Villière  
Maquette : mine de rien - Impression : Pure Impression

Ce guide a été édité avec l'aide l'Union européenne dans le cadre du programme Erasmus+. Les informations qu'il contient sont publiées par Eurodesk France et le CIDJ 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 correspondants Eurodesk des Centres régionaux d'Information Jeunesse en France.

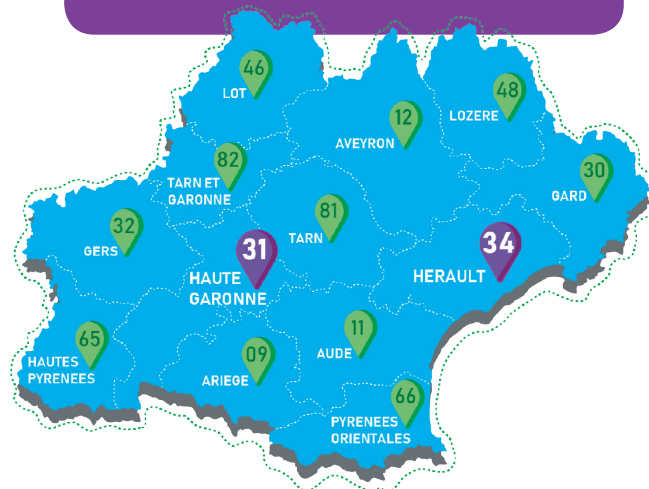


#### Centre Régional Information Jeunesse Occitanie

17 rue de Metz - 31000 Toulouse  
Tél. 05 61 21 20 20

3 avenue Charles Flahault - 34094 Montpellier cedex 5  
Tél. 04 67 04 36 66

[www.crij.org](http://www.crij.org)



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 informations contenues dans cette édition à des fins de commercialisation est formellement interdite sans l'autorisation expresse de l'éditeur.

ISBN en cours - Dépôt légal novembre 2018

INFORMATION  
JEUNESSE



**CRIJ Occitanie**

**LE CRIJ OCCITANIE  
UN RÉSEAU, UNE ÉQUIPE,  
DEUX LIEUX D'ACCUEIL**

**L'INFO PRÈS DE CHEZ VOUS !**

**UN ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ**  
DANS VOS RECHERCHES D'INFORMATION  
**DES ANNONCES** DE JOBS, LOGEMENT, STAGES,  
VOLONTARIAT EN SERVICE CIVIQUE  
**MOBILITÉ** INTERNATIONALE  
**CV** ET LETTRE DE MOTIVATION

## **TOULOUSE**

17 rue de Metz - 31000 Toulouse  
Tél. 05 61 21 20 20 - [contact@crij.org](mailto:contact@crij.org)

[www.crij.org](http://www.crij.org)

 [facebook.com/crijtoulouse](https://facebook.com/crijtoulouse)

 [@crijoccitanie](https://twitter.com/crijoccitanie)

## **MONTPELLIER**

3 av. Charles Flahault - 34094 Montpellier cedex 5  
Tél. 04 67 04 36 66 - [info@crij-montpellier.com](mailto:info@crij-montpellier.com)

[www.crij-montpellier.com](http://www.crij-montpellier.com)

 [facebook.com/CRIJ.Montpellier](https://facebook.com/CRIJ.Montpellier)

 [@crijoccitanie](https://twitter.com/crijoccitanie)

