

CiDJ



TROUVER



UN JOB

À

L'ÉTRANGER



eurodesk
France

PORTAIL EUROPÉEN
DE LA JEUNESSE



Financé par
l'Union européenne

info
jeunes
EXPLOREZ LES POSSIBILITÉS



Label
Information
Jeunesse

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

SOMMAIRE

UN JOB, UNE RÉALITÉ QUI VARIE SELON LES PAYS 2

LES SECTEURS QUI RECRUTENT 3

4 CIBLEZ UN POSTE SELON VOTRE NIVEAU LINGUISTIQUE

10 CONSEILS POUR DÉCROCHER UN JOB À L'ÉTRANGER 6

7 LA CHECKLIST POUR PRÉPARER VOTRE DÉPART

UN JOB

UNE RÉALITÉ QUI VARIE SELON LES PAYS



Pourquoi partir ?

Progrès en langues, expérience et débrouillardise, nouveaux réseaux et amitiés... Foncez !

« Job » is a faux-ami !

En anglais, le terme « *job* » signifie un emploi ou une mission. Il peut désigner tantôt un emploi, tantôt un job étudiant. En français, l'anglicisme « *job* » désigne un petit boulot (emploi étudiant ou saisonnier) qui ne nécessite pas de qualification particulière. À l'étranger, pour vous faire comprendre, utilisez les formules « *student job* » ou « *summer job* ».

Contrat et conditions de travail

Un contrat étant généralement soumis à la législation du pays d'accueil, vos conditions de travail (horaires, rémunération...) à l'étranger peuvent être plus ou moins favorables qu'en France.

En Europe, on travaille en moyenne 36 heures par semaine. Seuls 22 États membres de l'UE ont une législation nationale qui établit un salaire minimum

variant de 551 € par mois (Bulgarie) à 2 704 € (Luxembourg). En Autriche, au Danemark, en Finlande, en Italie et en Suède, le salaire minimum est défini selon le secteur d'activité.

➡ www.touteleurope.eu

Contrat oral ou écrit ? En Slovaquie, le contrat doit être signé au plus tard le jour de la prise de poste de l'employé. À Chypre, il n'est pas obligatoire tandis qu'en Espagne et en Grèce, il le devient pour les emplois de plus d'1 mois. Notre conseil : demandez toujours un contrat écrit, il vous évitera des malentendus et vous servira, en cas de conflit, à faire respecter vos droits.

Savez-vous qu'en Suède, l'équilibre entre vie pro et perso est une priorité ? En Allemagne, la ponctualité est primordiale et en Espagne, les horaires de travail sont souvent décalés. Renseignez-vous sur les conditions de vie et de travail de votre pays d'accueil sur

➡ www.eures.europa.eu
www.diplomatie.gouv.fr

LES SECTEURS QUI RECRUTENT



L'été est propice pour dénicher un job car l'activité de nombreux secteurs s'accroît avec l'arrivée des touristes et le départ en vacances des salariés. Certains secteurs (ingénierie, santé, informatique, luxe) s'exportent facilement, d'autres recrutent toute l'année :

Animation & Tourisme

Les centres de vacances, campings, centres sportifs, parcs d'attractions et offices de tourisme recherchent des accompagnateurs, personnels d'accueil, maîtres nageurs sauveteurs, surveillants, animateurs, guides à vélo et même influenceurs ! Les titulaires d'un BAFA ou BAFD obtenu en France peuvent exercer en fédération Wallonie Bruxelles ou ailleurs, via une structure française. N'hésitez pas à valoriser votre expérience dans l'animation.

➡ www.planetanim.fr - www.resortwork.co
www.seasonworkers.com

Hôtellerie-restauration

C'est LE secteur dans lequel les offres sont les plus faciles à trouver, surtout sans expérience, par petites annonces ou porte-à-porte. Bars, restaurants, auberges de jeunesse, hôtels, centres balnéaires et spas recrutent des commis, serveurs, baristas, plongeurs, femmes/valets de chambre, réceptionnistes, chauffeurs-livreurs, bagagistes, voituriers... pour assurer le service.

➡ www.lhotellerie-restauration.fr
www.fr.hotelcareer.ch - www.catererglobal.com

Travaux agricoles

Envie de nature ? Informez-vous sur le calendrier des récoltes et partez cueillir des fruits et légumes dans une exploitation agricole à l'étranger. Attention, si l'expérience est souvent conviviale, le travail est physique (8-10 h par jour, 6/7 jours) ! Vous pouvez aussi travailler comme volontaire 4-6 h par jour dans une ferme biologique (jardin, potager, animaux) contre le gîte et le couvert, mais vous ne serez pas rémunéré !

➡ www.picktheworld.org - www.pickyourown.org
www.woof.net - www.workaway.info
www.worldpackers.com

J'ai travaillé dans des restos à Séoul, puis dans des marchés de Noël, j'ai été dog-sitter et j'ai géré une page Facebook...

Plein de petits jobs assez variés qui m'ont permis de vivre en Corée du Sud. Pendant 1 an, j'ai pu développer ma connaissance de la langue coréenne, je me suis très bien intégrée dans les équipes et ça a été vraiment une expérience incroyable !

Écoutez le témoignage de Myriam dans le podcast « Partir pour se découvrir ».

➡ <https://bit.ly/PartirPourSeDecouvrir>

Woofing, au pair, house-sitting - Échanger des services pour voyager



Offres d'emploi en Europe et dans le monde :

www.francetravail.fr
www.europa.eu/eures
www.workwide.fr
www.seasonworkers.com
www.anyworkanywhere.com
www.overseasjobs.com
www.summerjobs.com

CIBLEZ UN POSTE SELON VOTRE NIVEAU LINGUISTIQUE



LES LANGUES ÉTRANGÈRES
NE SONT PAS VOTRE FORT ?

Avant de partir, entraînez-vous à l'aide d'applis, films et séries en V.O, tandems et podcasts...

➡ www.bbc.co.uk/languages
www.languageguide.org
www.tandem.net - www.hellotalk.com

Rassurez-vous, même avec un niveau débutant, rien ne vous empêche de trouver un job à l'étranger. Voici quelques pistes pour vos recherches :

L'anglais, moi je n'ai jamais réussi à l'apprendre à l'école. La seule solution, c'était de partir à l'étranger.

Le fait de partir en Slovénie a été un élément déclencheur et aujourd'hui, la meilleure chose qu'on puisse me souhaiter serait de repartir à l'étranger.

Écoutez le témoignage de Marine dans le podcast « Partir pour se découvrir ».

➡ <https://bit.ly/PartirPourSeDecouvrir>



Préférez les postes « de l'ombre »

Inutile d'être bilingue pour faire le ménage, la plonge ou ramasser des fruits et légumes. La sélection s'effectue sur la motivation et la forme physique car le travail est fatigant.

Misez sur la « French Touch »

Le fait d'être Français peut parfois suffire à décrocher un job à l'étranger. La France étant réputée pour la gastronomie et le luxe, les candidats français sont souvent appréciés !

Choisissez une destination francophone

Rusez en partant dans un pays où le français est la langue officielle ou couramment parlée. Vous pourrez ainsi décrocher un job dans votre domaine de compétences tout en découvrant la Belgique, la Suisse, le Luxembourg, le Québec, les pays du Maghreb, l'Afrique de l'Ouest... !

Partez au pair

Rejoignez une famille pour garder ses enfants, préparer les repas et aider au ménage. En échange, vous serez nourri, logé et recevrez de l'argent de poche. Les cours de langue sont parfois obligatoires. Selon les destinations, le permis de conduire, le bac et un niveau linguistique basique ou intermédiaire peuvent être exigés.

➡ www.ufaap.org - www.unosel.org
www.loffice.org



EURES TMS offre aux demandeurs d'emploi de + de 18 ans des services pour trouver un contrat de travail d'au moins 6 mois dans un autre pays de l'UE, en Norvège ou en Islande. Il couvre aussi les frais de transport, d'installation, des cours de langue et de reconnaissance de diplôme.

➡ www.eures.europa.eu

VOUS ÊTES PLUTÔT À L'AISE ?

Un certificat linguistique peut attester de votre niveau et appuyer votre candidature, pensez-y ! Les tests les plus connus sont le TOEIC, l'IELTS ou les examens de Cambridge pour l'anglais, le DELE pour l'espagnol et le Goethe-Zertifikat pour l'allemand, mais il en existe d'autres.

Ciblez les postes en lien avec le public

Si vous parlez anglais ou la langue du pays, en plus du français, ciblez les postes de serveur, réceptionniste, conseiller de vente, agent de voyage, téléopérateur, personnel d'accueil dans des magasins et offices de tourisme.

Accompagnez des jeunes à l'étranger

Les organismes de séjours linguistiques recrutent souvent des personnes ayant un bon niveau en langues, parfois une expérience dans l'animation, pour accompagner des groupes de jeunes à l'étranger.

➡ www.accompagner.goandlive.com
www.sejour-linguistique-lec.fr
www.protandem.org

Partez enseigner le français

Des écoles publiques et privées, centres de langues et particuliers recherchent des Français pour enseigner leur langue. Attention, cela est moins facile qu'il n'y paraît !

➡ www.teachanywhere.com - www.fle.fr
Vous parlez allemand, pensez à Francemobil :
➡ www.ofaj.org

Devenez lecteur ou assistant de français

Vous êtes étudiant et souhaitez améliorer vos compétences pédagogiques et linguistiques en approfondissant votre connaissance d'une culture étrangère ? Vérifiez si vous remplissez les critères d'éligibilité et partez représenter la langue et la culture française à l'étranger !

➡ www.france-education-international.fr
www.kmk-pad.org
www.euroguidance-france.org



QUID DU ROYAUME-UNI ?

Depuis le Brexit, le Royaume-Uni a instauré un système d'immigration à points dont les critères, basés sur les compétences et qualifications des candidats, régissent l'obtention du visa de travail. En d'autres termes, il est désormais bien plus compliqué de travailler Outre-Manche !

Des visas de travail temporaires sont disponibles si vous souhaitez faire du bénévolat, si vous participez à un programme d'échange ou si vous disposez d'une offre d'emploi dans une exploitation agricole et d'au moins £1.270 (1 535 €) pour subvenir à vos besoins.

➡ www.gov.uk (Temporary work)

Ne vous fiez pas à son nom ! Le **Volontariat international en entreprise (VIE)** ou en **administration (VIA)** sont des missions professionnelles de 6 à 24 mois dans une entreprise ou administration française implantée à l'étranger. Destinées aux 18-28 ans, ces missions sont indemnisées et les frais de voyage, d'installation et de protection sociale des volontaires sont couverts.

➡ www.mon-vie-via.businessfrance.fr



10 CONSEILS

POUR DÉCROCHER UN JOB À L'ÉTRANGER

1 **Activez votre réseau !** Parlez de votre projet à votre entourage (famille, amis, professeurs, collègues...). Les jobs « clés en main » (job, logement, assurance) proposés par certains organismes peuvent être une solution pratique bien que coûteuse. Attention aux arnaques !

2 Vous parlez une langue étrangère mais êtes incapable de vous prononcer sur votre niveau ? **Passez un test de langue ou autoévaluez-vous** avec le Cadre européen commun de référence pour les langues (CECRL).

3 **Visez les secteurs qui recrutent** partout : hôtellerie-restauration, tourisme, manutention, services aux personnes et ciblez le poste selon votre niveau de langue.

4 **Informez-vous sur le marché de l'emploi**, la situation économique et les spécificités culturelles de votre pays de destination.
➡ www.lemoci.com
www.diplomatie.gouv.fr

5 **Optez pour les pays qui offrent plus d'opportunités.** L'Espagne, la Roumanie et la Suède sont les pays les plus touchés par le chômage des jeunes en Europe. Candidatez plutôt pour l'Allemagne ou les Pays-Bas et gardez à l'esprit que votre candidature doit présenter une **plus-value** par rapport à celle d'un jeune du pays.

6 **Traduisez et adaptez votre CV et lettre de motivation** aux normes du pays, sans oublier de préciser vos coordonnées et disponibilités ! Pensez au **CV Europass**. Consultez le guide « Rédiger son CV en anglais ».

➡ www.cidj.com/guides-a-telecharger

7 **Consultez l'Opportunity Finder d'Eurodesk** qui recense des opportunités de jobs à l'étranger.
➡ programmes.eurodesk.eu/internships

8 **Participez à des salons de recrutement** comme les Journées jobs d'été organisées partout en France ou aux Journées européennes de l'emploi en ligne.
➡ www.jobs-ete.com
www.europeanjobdays.eu

9 **Vous avez déjà travaillé en France ?** Valorisez votre expérience dans votre CV même si elle n'a rien à voir avec le poste convoité, c'est un gage de dynamisme ! Partez avec des lettres de recommandation et certificats traduits (BAFA, attestation de secourisme, etc.).

10 **Tentez l'aventure !** Si vous n'avez pas d'expérience et parlez à peine la langue du pays, **insistez sur votre motivation et valorisez votre personnalité** plutôt que votre formation. Partez avec vos économies, votre CV, et allez démarcher les magasins, call centers, hôtels, pour leur proposer vos services.

LA CHECKLIST

POUR PRÉPARER VOTRE DÉPART



✓ Pièces d'identité et visa de travail

Vérifiez que vos papiers soient à jour et que leur date d'expiration dépasse votre date de retour. Pour vivre et travailler dans un pays membre de l'UE, votre carte d'identité ou passeport suffit. Au-delà de 3 mois, vous devrez demander une autorisation de séjour. Hors UE, vous aurez probablement besoin d'un passeport biométrique et d'un visa de travail. Postuler pour un programme vacances-travail (PVT) dans l'une des 15 destinations ouvertes aux Français facilitera cette formalité !

➡ www.europa.eu/youreurope
www.diplomatie.gouv.fr - www.pvtistes.net

✓ Santé et protection sociale

Ne partez pas sans votre carte européenne d'assurance maladie ! Gratuite et valable 2 ans, elle atteste de vos droits à l'assurance maladie et couvre vos soins médicaux dans les pays de l'UE, en Islande, au Liechtenstein, en Norvège, en Suisse et au Royaume-Uni. 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.ameli.fr - www.cfe.fr
www.cleiss.fr

✓ Hébergement

Enquêtez sur l'existence de foyers de jeunes travailleurs dans le pays ou optez pour une colocation. Les auberges de jeunesse et chambres chez l'habitant pourront vous dépanner pour quelques nuits.

➡ www.hihostels.com
www.hostelz.com - www.uniplaces.com
www.housinganywhere.com

Lorsque j'ai commencé à envisager un départ à l'étranger, je ne savais pas par où commencer. J'ai contacté Eurodesk qui a su m'orienter de la meilleure façon possible. Grâce à leurs conseils et à leur accompagnement, j'ai pu concrétiser mon projet et partir au Canada. Aujourd'hui, c'est sans aucun doute la plus belle expérience de ma vie et la meilleure décision que j'ai prise.

Emma, 25 ans



✓ Budget, banque et argent

Informez-vous sur le coût de la vie dans votre pays d'accueil et prévoyez un budget conséquent pour couvrir vos frais liés au départ (passeport, visa, assurance) et vos dépenses sur place (transports, logement, nourriture). Ouvrir un compte bancaire à l'étranger vous évitera de payer des frais de virement/retrait. Enfin, profitez des cartes de réduction !

➡ www.cartejeunes.fr - www.isic.fr

✓ Transport

Achetez vos titres de transport à l'avance pour bénéficier du meilleur tarif et pensez à lire les conditions (enregistrement, poids et dimensions des bagages...) car elles varient selon les compagnies ! Privilégiez le train et le bus si vous partez en Europe (voire même un peu plus loin), cela réduira votre empreinte carbone !

➡ www.rome2rio.com
www.raileurope.com - www.mollow.eu
www.hourrail.voyage

SITES CLÉS

Centre d'information et documentation
jeunesse (CIDJ)

➡ www.cidj.com

Réseau Eurodesk

➡ www.eurodesk.eu

➡ www.cidj.com/eurodesk

Découvrir le monde

➡ www.decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr

Portail européen de la jeunesse

➡ www.europa.eu/youth

Portail européen sur la mobilité
de l'emploi (EURES)

➡ www.eures.europa.eu

L'Europe est à vous

➡ www.europa.eu/youreurope

Europass

➡ www.europass.europa.eu

France Travail - Mobilité internationale

➡ www.francetravail.fr/international

➡ www.emploi-store.fr

Portail du ministère de l'Europe et des
Affaires étrangères (MEAE)

➡ www.diplomatie.gouv.fr

Toute l'Europe

➡ www.touteleurope.eu

Euroguidance

➡ www.euroguidance-france.org

Réseau Enic-Naric pour la reconnaissance
des diplômes à l'étranger

➡ www.enic-naric.net

Office franco-allemand pour la jeunesse

➡ www.ofaj.org

Office franco-québécois pour la jeunesse

➡ www.ofqj.org

Pvtistes.net

➡ www.pvtistes.net

LE RÉSEAU EURODESK

Eurodesk est un réseau présent dans
36 pays européens et soutenu par
la Commission européenne.

En France, Eurodesk s'appuie sur le
réseau Info Jeunes avec le **CIDJ (Centre
d'information et de documentation
jeunesse)** comme centre national Eurodesk
à Paris, **et plus de 150 coordinateurs et
référénts** présents dans les structures
Info Jeunes labellisées Eurodesk
en métropole et Outre-mer.

Notre mission ? **Informers les jeunes sur
les différentes opportunités de mobilité
en Europe et à l'international**, et les
encourager à devenir des citoyens actifs.

Eurodesk France **informe et accompagne
tous les jeunes** sur tous les types de
projets à l'étranger (études, stages,
emploi, volontariat...).

Nous apportons des **réponses sur
mesure** aux demandes des jeunes, nous
concevons des **outils**, organisons des
événements et contribuons à l'animation
de **Portails européens de la jeunesse**.

Découvrez toutes
nos publications en
scannant ce QR code :



**Vous avez une question ou besoin
d'un conseil concernant votre projet
à l'étranger ?** Contactez-nous sur
eurodesk@cidj.com, www.map.eurodesk.eu
ou sur     **@EurodeskFR**

Nom et adresse de l'éditeur : CIDJ Paris 13^{ème} – Coordination et rédaction :
Claire Conlon, Sophie Girardeau et Valérie Montembault – Direction des éditions :
Florence Devenne – Maquette : Pauline de Langre – Graphisme : Fanny Truchon
Imprimeur : DILA – N°ISBN : 978-2-84175-236-2 – Dépôt légal : février 2026