



# agitateursdemobilite.fr

La plateforme de la mobilité internationale Bourgogne-Franche-Comté

## Le guide d'informations

### PARTIR À L'ÉTRANGER

Dispositifs, ressources et organismes

édition 2017-2018



Ce projet et son évaluation sont soutenus par le Fonds d'expérimentation pour la jeunesse, mis en oeuvre par le Ministère chargé de la jeunesse»



Le guide d'informations « Agitateurs de mobilité » édition 2017/2018 est une action de la plateforme collaborative de la mobilité internationale Bourgogne-Franche-Comté, soutenue par le Fonds d'expérimentation pour la jeunesse mis en œuvre par le Ministère chargé de la jeunesse.

Les acteurs de la mobilité internationale entendent mutualiser leurs efforts en faveur de la promotion des études, des expériences professionnelles et du volontariat à l'étranger des jeunes de Bourgogne-Franche-Comté.

#### Rédaction et coordination :

Les Centres Régionaux Information Jeunesse de Bourgogne et de Franche-Comté, conformément aux principes de la Charte européenne Information Jeunesse.

#### Remerciements aux membres du Comité de pilotage du projet pour leur contribution :

DRDJSCS Bourgogne-Franche-Comté, Académie de Besançon, Académie de Dijon, Draaf Bourgogne-Franche-Comté, Direccte Bourgogne-Franche-Comté, Région Bourgogne-Franche-Comté, Pôle Emploi Bourgogne-Franche-Comté, Association régionale des missions locales de Bourgogne-Franche-Comté (ARML), Université de Franche-Comté, Université de Bourgogne, Bourgogne Coopération, Cercoop Franche-Comté, Ceméa Bourgogne, Ceméa Franche-Comté, Crajep Bourgogne, Maison de l'Europe en Franche-Comté - Europe Direct, Fédération Léo Lagrange Atelier mobilité, Ligue de l'enseignement Bourgogne, Ville de Dijon, Ville de Nevers, ESN Besançon, Recidev.

#### Contribution financière :



Simon Graphic - 25290 Ornans

Dépôt légal Février 2017

Nombre d'exemplaires: 35 000

Adaptation des supports originaux « Agitateurs de mobilité » (2009) et « Destination Europe » (2015)



# agitateursdemobilite.fr

La plateforme de la mobilité internationale Bourgogne-Franche-Comté

## Le site internet

# PARTIR À L'ÉTRANGER

Toute l'information en ligne



PRÉPARER LE DÉPART /  
VALORISER LE RETOUR



STAGES / JOBS



ÉTUDES /  
FORMATIONS



VOLONTARIAT  
ÉCHANGES PROJETS



PRATIQUER  
UNE LANGUE ÉTRANGÈRE



PARTIR  
POURQUOI PAS MOI ?



agitateursdemobilite.fr

la plateforme de la mobilité internationale Bourgogne-Franche-Comté

Le site internet



Information  
Jeunesse



Ce projet et son évaluation sont soutenus par le Fonds d'expérimentation pour la jeunesse, mis en œuvre par le Ministère chargé de la jeunesse.



## Prêt au décollage ?

Ce guide est une invitation à découvrir le monde, à découvrir les autres et à se découvrir soi-même. Quand on a 14, 20 ou 30 ans, on a parfois envie de partir à l'aventure, sans pour autant franchir le pas et boucler ses valises. Il existe de nombreuses possibilités pour étudier, faire un stage, travailler dans un autre pays... Des professionnels sont là pour vous accompagner dans votre projet.

De nombreux jeunes ont déjà vécu des expériences formidables et enrichissantes à l'étranger, c'est pourquoi nous voulons promouvoir la mobilité internationale des jeunes et vous permettre à vous aussi, d'enrichir votre parcours.

Quel projet choisir ? Comment s'y préparer ? Qui peut m'aider ? Où trouver un financement ? Vous trouverez les réponses dans ce guide, construit en deux parties. Cette partie est dédiée aux informations et la partie au verso aux conseils pratiques.

Alors bonne lecture et bon voyage !

# SOMMAIRE



## 1. Apprendre et étudier ..... 7

### 1.1 - Partir avec un programme ..... 8

Je suis élève ..... 8

Je suis étudiant ou apprenti post-bac ..... 11

### 1.2 - Partir individuellement ..... 14



## 2. Effectuer un stage ..... 17

Réglementation du stage ..... 18

### 2.1 - Partir avec un programme ..... 18

Je suis lycéen ..... 18

Je suis apprenti ..... 19

Je suis étudiant ..... 20

Je suis demandeur d'emploi ou stagiaire  
de la formation professionnelle ..... 23

### 2.2 - Trouver un terrain de stage ..... 25

Se faire accompagner ..... 25

Répondre à une annonce ..... 25

Candidature spontanée ..... 26

Stages clés en main ..... 26

Stages dans les institutions françaises et internationales ..... 26



## 3. Trouver un job ..... 29

### 3.1 - CV et lettre de motivation ..... 30

### 3.2 - Répondre à une offre ..... 31

### 3.3 - Candidater spontanément ..... 32

### 3.4 - Réseaux sociaux professionnels ..... 33

### 3.5 - Jobs clés en main ..... 33

### 3.6 - D'autres pistes ..... 33

Accompagnateur de séjour linguistique ..... 33

Jobs en Allemagne ..... 33

Séjour au pair ..... 34

Assistant de français ..... 34

Programme vacances travail - PVT ..... 34



## **4 . Volontariat ..... 37**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>4.1 - Le SVE - Service volontaire européen .....</b>     | <b>38</b> |
| <b>4.2 - Le Service civique .....</b>                       | <b>38</b> |
| <b>4.3 - Le VI - Volontariat international .....</b>        | <b>39</b> |
| <b>4.4 - Les volontariats de solidarité .....</b>           | <b>39</b> |
| Le VSI - Volontariat de solidarité internationale .....     | 39        |
| Volontaire de l'aide de l'Union européenne .....            | 40        |
| Le VNU - Volontariat des nations unies .....                | 40        |
| Le VIF - Volontariat international de la francophonie ..... | 40        |
| <b>Organismes ressources .....</b>                          | <b>41</b> |



## **5 . Partir autrement ..... 43**

|   |           |
|---|-----------|
| <b>5.1 - Avec un organisme ou un réseau .....</b>   | <b>44</b> |
| Chantiers internationaux .....  | 44        |
| Travail à la ferme Agriviva .....   | 44        |
| Jumelages .....   | 44        |
| Erasmus+ / Échanges de jeunes .....   | 44        |
| Programmes Ville vie vacances-solidarité<br>internationale (VVV-SI) et Jeunesse-solidarité<br>internationale (JSI)..... | 45        |
| <b>5.2 - En autonomie .....</b>   | <b>45</b> |
| Tourisme participatif .....   | 45        |
| Monter un projet (vacances, solidarité...) .....  | 45        |



## **6 . Ressources ..... 49**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>6.1 - Sites web .....</b>                     | <b>50</b> |
| Infos générales .....                            | 50        |
| Programmes de mobilité .....                     | 50        |
| Études .....                                     | 50        |
| Mobilité professionnelle .....                   | 51        |
| Partir autrement, volontariat .....              | 51        |
| <b>6.2 - Dossiers Information Jeunesse .....</b> | <b>51</b> |
| <b>6.3 - Carnet d'adresses .....</b>             | <b>52</b> |
| <b>6.4 - Réseau Eurodesk .....</b>               | <b>58</b> |
| <b>6.5 - Index des dispositifs .....</b>         | <b>60</b> |




# La mobilité européenne et internationale des jeunes

PARCE QUE LA MOBILITÉ EST UNE EXPÉRIENCE ENRICHISSANTE  
POUR TOUS LES JEUNES



PENSEZ AUX NOMBREUSES POSSIBILITÉS QUI VOUS SONT OFFERTES  
DE VIVRE UNE EXPÉRIENCE À L'ÉTRANGER

PLUS D'INFO SUR

 [decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr](http://decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr)  
 [facebook.com/jeunes.gouv.fr](https://facebook.com/jeunes.gouv.fr)  
 @Jeunes\_gouv



# PRIORITÉ  
JEUNESSE

#LaBougitude

# 1 . Apprendre et étudier





## Vous souhaitez partir étudier à l'étranger ?

Quel que soit votre parcours de formation, vous pouvez bénéficier de périodes d'études ou de formation dans un pays étranger. Partir avec un programme ou individuellement, tout est possible...

### 1.1 - Partir avec un programme

Si vous êtes inscrit dans un établissement d'enseignement (lycée, université...), vous pouvez partir dans le cadre d'un programme. Cette solution est la plus simple. Vous profitez des coopérations mises en place par votre établissement. Vous restez inscrit en France et ne paierez pas de droits d'inscription à l'étranger. La période d'études à l'étranger sera prise en compte lors de la validation de votre diplôme.



## JE SUIS ÉLÈVE



#### ERASMUS+ / PARTENARIATS SCOLAIRES

Différents types de mobilités sont possibles pour les projets de partenariats scolaires (enseignement général, professionnel et agricole) ; notamment :

- immersion d'élèves en famille / rencontres d'élèves
- mobilité d'études (2 semaines à 12 mois) pour les élèves de 14 ans et plus
- stage d'observation ou de formation (2 semaines à 12 mois)

#### ➔ Pour qui ?

Élèves dont l'établissement participe au programme

#### ➔ Quelle aide ?

Allocation mensuelle

#### ➔ Où ?

Europe

#### ➔ À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement

Plus d'infos : [www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr) > enseignement scolaire

#### PROGRAMMES DE L'OFFICE FRANCO-ALLEMAND POUR LA JEUNESSE OFAJ

BRIGITTE SAUZAY

#### ➔ Pour qui ?

Élèves de la 4<sup>ème</sup> à la 1<sup>ère</sup> étudiant l'allemand depuis au moins 2 ans

#### ➔ Combien de temps ?

3 mois dans un établissement scolaire allemand dans le cadre d'un échange réciproque avec un élève allemand

#### ➔ Où ?

Allemagne

### → Quelle aide ?

Aide financière possible pour les frais de voyage

### → À qui dois-je m'adresser ?

A mon établissement

Plus d'infos : [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org) > participer > scolarité

**Contacts :** DAREIC Déléguee académique aux relations européennes, internationales et à la coopération / Académie de Besançon / Académie de Dijon (voir carnet d'adresses)

## VOLTAIRE

### → Pour qui ?

Élèves de 3<sup>ème</sup> et 2<sup>nde</sup> apprenant l'allemand

### → Où ?

Allemagne

### → Combien de temps ?

6 mois dans un établissement scolaire allemand dans le cadre d'un échange réciproque avec un élève allemand

### → Quelle aide ?

Bourse sous réserve de crédits disponibles

### → À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement

Plus d'infos :

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org) > participer > scolarité

**Contacts :** DAREIC Déléguee académique aux relations européennes, internationales et à la coopération / Académie de Besançon / Académie de Dijon (voir carnet d'adresses)

## ÉCHANGES ACADÉMIE BESANÇON / ASTURIES-NAVARRÉ (ESPAGNE)

### → Pour qui ?

Élèves de 2<sup>nde</sup> ou 1<sup>ère</sup> de l'Académie de Besançon

### → Où ?

Région des Asturies et de Navarre

### → Combien de temps ?

4 semaines

### → Quelle aide ?

L'élève sera accueilli dans une famille, en échange il accueillera un élève espagnol pendant la même durée

### → À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement

Plus d'infos :

[www.ac-besancon.fr](http://www.ac-besancon.fr) > moteur de recherche  
ce.relinter@ac-besancon.fr



Votre accès aux études à l'étranger peut être facilité si vous êtes titulaire d'un bac international, européen ou binational (AbiBac franco-allemand, BachiBac franco-espagnol, EsaBac franco-italien).

Plus d'infos sur [www.onisep.fr](http://www.onisep.fr) > moteur de recherche

## ÉCHANGES ACADEMIE BESANCON / SUISSE

### → Pour qui ?

Elèves de 5<sup>e</sup>, 4<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup> de l'Académie de Besançon

### → Où ?

Canton d'Argovie (Suisse alémanique)

### → Combien de temps ?

2 semaines

### → Quelle aide ?

L'élève sera accueilli dans une famille, en échange il accueillera un élève suisse pendant la même durée

### → À qui dois-je m'adresser ?

A mon établissement

Plus d'infos :

[ce.relinter@ac-besancon.fr](mailto:ce.relinter@ac-besancon.fr)

## ÉCHANGES ACADEMIE DIJON / RHENANIE-PALATINAT (ALLEMAGNE)

### → Pour qui ?

. Dispositif ROMAIN ROLLAND : Elèves de 3<sup>e</sup> de l'Académie de Dijon  
. Dispositif ANNA SEGHERS : Elèves de 2<sup>nd</sup>e de l'Académie de Dijon

### → Où ?

Région Rhénanie-Palatinat

### → Combien de temps ?

1 ou 2 semaines

### → Quelle aide ?

L'élève sera accueilli dans une famille, en échange il accueillera un élève allemand pendant la même durée

### → À qui dois-je m'adresser ?

A mon établissement

Plus d'infos : <http://www.ac-dijon.fr> > moteur de recherche

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DES JEUNES DU DÉPARTEMENT DE LA NIÈVRE

### → Pour qui ?

Jeunes de 16 à 25 ans domiciliés dans la Nièvre

### → Quelle aide ?

Maximum 800€

### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de la Nièvre

[www.nievre.fr](http://www.nievre.fr) > informations-jeunesse > mobilité internationale



### Une année scolaire à l'étranger avec un organisme privé

Cette formule est destinée en priorité aux lycéens qui veulent être scolarisés un an à l'étranger et hébergés en famille. Elle apporte un bénéfice linguistique mais n'est pas validée par l'Éducation nationale. Le coût est élevé. Attention, aucune aide n'existe pour ce type de séjour.

Plus d'infos : [www.unosel.com](http://www.unosel.com) – [www.loffice.org](http://www.loffice.org)



Les dispositifs suivants concernent un nombre limité de lycéens choisis sur critères sélectifs.

**Échanges de jeunes, Rotary club.** Programme permettant aux lycéens de 15 à 19 ans, souhaitant séjourner à l'étranger pendant quelques semaines à 1 an, de bénéficier d'aides diverses (transport, hébergement en famille, argent de poche...). S'adresser à un club Rotary participant à l'opération ; un club proche de chez vous pourra vous orienter.

**Plus d'infos :** [www.rotary.org/fr](http://www.rotary.org/fr)

**Bourses lycées français à l'étranger** Les lycéens de 1<sup>ère</sup> ou de Terminale peuvent bénéficier d'une bourse de scolarité pour étudier pendant un an dans 6 établissements français à Londres, Vienne, Munich, Barcelone, Madrid, Dublin. S'adresser à son établissement.

**Plus d'infos :** [www.eduscol.education.fr](http://www.eduscol.education.fr) > moteur de recherche



## JE SUIS ÉTUDIANT



Pour bénéficier des aides et des bourses à la mobilité, les étudiants et les apprentis post-bac doivent au préalable choisir un programme et s'y inscrire.

### Programmes

#### ERASMUS+ / MOBILITÉS ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR (ÉTUDES)

##### → Pour qui ?

Étudiants de 2<sup>e</sup> année minimum inscrits dans un établissement en Bourgogne-Franche-Comté

##### → Où ?

Europe et Turquie

##### → Combien de temps ?

Séjour d'études de 3 à 12 mois par cycle d'études

##### → Quelle aide ?

Allocation Erasmus+ (voir p 12)  
Aides complémentaires : Bourses Aquisis (voir p 13), Aide à la mobilité internationale (voir p 12)

##### Plus d'infos :

[www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr) > étudiants  
ou consulter le site de son établissement

---

## INTERNATIONAL STUDENT EXCHANGE PROGRAMS ISEP

### → Pour qui ?

Étudiants inscrits à l'Université de Franche-Comté ayant validé au minimum la licence 1

### → Où ?

USA - Canada - Amérique Latine - Asie - Afrique

### → Combien de temps ?

Un semestre ou une année universitaire

### → Quelle aide ?

Bourse Aquisis (voir p 13), Aide à la mobilité internationale (voir ci-dessous)

### → À qui dois-je m'adresser ?

Au service des relations internationales de mon université

Plus d'infos : [www.isep.org](http://www.isep.org)

---

## PROGRAMME D'ÉCHANGES ÉTUDIANTS PÉÉ/BCI

### → Pour qui ?

Étudiants inscrits à l'Université de Bourgogne ou de Franche-Comté et à l'UTBM ayant validé au minimum la Licence 1

### → Combien de temps ?

Un semestre ou une année universitaire

### → Quelle aide ?

Bourse Aquisis (voir p 13), Aide à la mobilité internationale (voir ci-dessous)

### → À qui dois-je m'adresser ?

À l'université ou à l'UTBM, service des relations internationales

Plus d'infos : <http://echanges-etudiants.bci-qc.ca/>

## Aides et bourses

---

### ALLOCATION ERASMUS+

Aide de l'Union européenne (150 à 300 € par mois) destinée à soutenir les étudiants dans le cadre du programme Erasmus+, pour des séjours de 3 à 12 mois. S'adresser à son établissement.

---

### AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE

Aide du ministère de l'Enseignement supérieur et de la recherche (400 € par mois ; aide non garantie pour la durée totale du séjour) destinée à soutenir les étudiants boursiers sur critères sociaux qui suivent une formation supérieure à l'étranger (monde entier) dans le cadre d'un programme, pendant une durée de 2 à 9 mois. S'adresser à son établissement.

Plus d'infos : [www.enseignementsup-recherche.gouv.fr](http://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr) > enseignement supérieur

## BOURSE AQUISIS

Bourse sur critères sociaux de la région Bourgogne-Franche-Comté destinée à soutenir les périodes d'études à l'étranger des étudiants et des apprentis post-bac inscrits en Bourgogne-Franche-Comté.

La demande se fait en ligne sur le site de la Région.

**À noter :** bourse cumulable avec l'Aide à la mobilité internationale et avec une bourse Erasmus+

Plus d'infos : [www.bourgognefranche-comte.fr](http://www.bourgognefranche-comte.fr)



### Accords inter-universitaires ou de coopération

De manière générale, si vous êtes étudiant (ayant validé au minimum une 1<sup>ère</sup> année d'études supérieures), pensez à contacter le service des relations internationales de votre établissement. Il pourra vous informer sur tous les programmes d'échanges entre votre établissement et les écoles ou universités partenaires étrangères.

Vous pourrez également bénéficier des aides et bourses de mobilité mentionnées p. 13.

Plus d'infos : AgroSup Dijon, ENSA, Arts et Métiers ParisTech ENSAM Cluny, ENSMM, Burgundy School of Business, ESEO, ISAT Nevers, ISBA Besançon, Universités de Bourgogne et de Franche-Comté, UTBM...

## Autres sources de financement

### ALLOCATION FAMILIALE DÉPARTEMENTALE ÉTUDIANT (AFDE) DU DÉPARTEMENT DE HAUTE-SAÔNE

#### → Pour qui ?

Étudiants de moins de 26 ans inscrits dans un établissement supérieur en France ou à l'étranger dont les parents résident en Haute-Saône avec un quotient familial inférieur à 800 €

#### → Combien de temps ?

Aide renouvelable chaque année jusqu'à la 25<sup>e</sup> année du postulant

#### → Quelle aide ?

De 240 à 450 € par an pour les moins de 20 ans, de 400 à 850 € pour les plus de 20 ans. Dépôt des dossiers entre le 1<sup>er</sup> septembre et le 31 décembre

#### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de Haute-Saône

[www.haute-saone.fr](http://www.haute-saone.fr) > e-services

---

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DES JEUNES DU DÉPARTEMENT DE LA NIÈVRE

### → Pour qui ?

Jeunes de 16 à 25 ans  
domiciliés dans la Nièvre

### → Quelle aide ?

Maximum 800 €

### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de la Nièvre

[www.nievre.fr](http://www.nievre.fr) > informations-jeunesse >  
mobilité internationale

## 1.2 - Partir individuellement

Vous n'êtes pas ou plus rattaché à un établissement français et souhaitez poursuivre vos études à l'étranger. Dans ce cas, vous devrez effectuer vos démarches seul. Il est conseillé de vous y prendre un an à l'avance. Il faut bien maîtriser la langue du pays dans lequel vous voulez étudier, et souvent justifier de votre niveau grâce aux tests ou diplômes en langues étrangères.

Vous devrez d'abord vous informer sur les différents systèmes d'études et sur les pays. Ensuite, vous pourrez chercher un établissement puis faire reconnaître vos diplômes français, vous inscrire et vous occuper du financement.

---

### S'INFORMER ET CHERCHER UN ÉTABLISSEMENT

Sur [www.cidj.com](http://www.cidj.com) > infos > partir à l'étranger sont proposées des fiches thématiques et des fiches pays (Allemagne, Australie, Canada, Chine, États-Unis, Royaume-Uni).

La plupart des sites des ambassades informent sur l'organisation des études, les démarches... dans les différents pays. Selon les pays, ces informations peuvent se trouver sur les sites des ambassades de France à l'étranger ou sur ceux des ambassades étrangères en France.

[www.whed.net](http://www.whed.net), portail de l'association internationale des universités, référence plus de 18 000 établissements supérieurs dans le monde.

[www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org) permet d'accéder à des informations sur les études en Europe.

---

### FAIRE RECONNAÎTRE SES DIPLÔMES

Afin de favoriser la mobilité des étudiants et de valoriser la reconnaissance des diplômes, les pays de l'Espace économique européen ont harmonisé les cursus de formation et mis en place des diplômes communs (Licence, Master, Doctorat).

Il peut être nécessaire de faire reconnaître son diplôme français à l'étranger, pour cela s'adresser au centre de reconnaissance des diplômes NARIC du pays concerné :

[www.enic-naric.net](http://www.enic-naric.net) ou [www.ciep.fr/enic-naric-france](http://www.ciep.fr/enic-naric-france)

L'ambassade de France du pays de destination peut également indiquer les démarches à suivre.

À savoir : pour faire traduire un diplôme, il faut s'adresser à un traducteur assermenté ; une liste est disponible sur [www.annuaire-traducteur-assermente.fr](http://www.annuaire-traducteur-assermente.fr)

---

## S'INSCRIRE

Les inscriptions se font directement auprès de l'établissement choisi. Un examen ou un test de langue est souvent exigé.

Si vous partez étudier en dehors de l'Union européenne, un visa est souvent nécessaire; les sites des ambassades des différents pays fournissent les informations. Informez-vous également auprès de votre établissement d'accueil.



Il existe deux organismes qui centralisent les inscriptions au Royaume-Uni (<https://www.ucas.com/>) et en Irlande (<http://www.cao.ie/>).

---

## FINANCEMENT

Si vous êtes boursier et que vous allez étudier dans un pays membre du Conseil de l'Europe, vous pouvez percevoir une bourse dans les mêmes conditions qu'en France. L'établissement doit être reconnu par le gouvernement du pays et la formation doit déboucher sur un diplôme national.

Adressez-vous au dernier Crous qui vous a attribué une bourse ou, si vous n'avez jamais été boursier, au Crous de votre choix.

Par ailleurs, il existe des aides lorsque l'on part en dehors d'un programme d'échange. [www.campusfrance.org/fr/bfe](http://www.campusfrance.org/fr/bfe) > **autre sources de financement**, permet de connaître les bourses qui peuvent être attribuées par des gouvernements ou des organismes de pays étrangers (British Council, DAAD, Commission franco-américaine...), ainsi que celles que le gouvernement français attribue essentiellement aux étudiants de 3<sup>e</sup> cycle.

---

## NOTES :





## Des jeunes ouverts et mobiles

LA VILLE DE DIJON FAVORISE L'ENGAGEMENT INTERNATIONAL DES JEUNES. DES ÉTUDES, UNE PREMIÈRE EXPÉRIENCE PROFESSIONNELLE OU UN VOLONTARIAT À L'ÉTRANGER CONSTITUENT UN ATOUT DANS LA FORMATION ET LA CONSTRUCTION PERSONNELLE DES JEUNES CITOYENS.

### Bienvenue à Dijon !

- Deux fois par an, le maire accueille, salle des États, des centaines de jeunes étrangers qui ont choisi Dijon pour leurs études. La ville a signé des conventions en faveur de l'accueil et de l'intégration des étudiants étrangers avec le lycée Carnot, l'université de Bourgogne-Franche-Comté, Sciences Po, Burgundy School of Business, AgroSup Dijon ou l'institut d'administration des entreprises (IAE).

### Sciences Po, un campus européen à Dijon

- L'institut d'études politiques de Paris a implanté, à Dijon, son antenne dédiée à l'Europe centrale et orientale. La moitié des étudiants de ce campus international est originaire d'Europe de l'Est.

### Soutenir la mobilité des jeunes

- La ville de Dijon a signé une convention avec la fédération Léo Lagrange, dont l'atelier mobilité constitue une pépinière d'initiatives en faveur de la mobilité internationale des jeunes.

### Faire son service volontaire, avec la ville de Dijon

- Dans le cadre d'Erasmus+, Dijon accueille des jeunes en service volontaire européen et permet à des Dijonnais de partir à l'étranger. Chaque année, avec la Maison de Rhénanie-Palatinat, une dizaine de jeunes Allemands volontaires sont reçus dans des associations et des services municipaux. Le projet « Jeunesse, volontariat et réciprocité » soutenu par le ministère des Affaires étrangères, permet l'échange de jeunes en service civique à l'international entre Dijon, Cluj et Reggio Emilia.



03 80 74 70 93  
[www.dijon.fr](http://www.dijon.fr)

## 2 . Effectuer un stage



Que vous soyez apprenti, lycéen, étudiant, stagiaire de la formation continue, en recherche d'emploi... il est possible de partir en stage à l'étranger.

Il existe des organismes d'aide, des possibilités de financement.

Il est aussi possible de trouver une organisation d'accueil par vos propres moyens.

## Réglementation du stage

La pratique et la notion de stage ne sont pas identiques dans tous les pays. Il n'existe aucun statut légal de stagiaire en Europe.

Si, en France, le stage s'inscrit toujours dans le cadre d'une formation, dans d'autres pays, la notion de stage s'apparente plutôt à une courte période de travail (travail temporaire ou occasionnel), comme en Italie ou en Espagne.

En France, le stage est formalisé par la signature d'une convention entre l'entreprise, l'établissement d'enseignement et le stagiaire. Il est reconnu comme faisant partie de la formation, en lien avec le diplôme préparé. Cette convention n'a pas de valeur juridique dans les autres pays.

## 2.1 - Partir avec un programme

Des aides financières existent si vous effectuez un stage prévu dans le cadre de vos études, ou si vous êtes demandeur d'emploi.



### JE SUIS LYCÉEN



#### DYNASTAGE LYCÉENS

##### → Pour qui ?

Lycéens en CAP, Bac professionnel, technologique ou agricole, inscrits dans un lycée de la région. Tous les lycéens de Bourgogne-Franche-Comté sont concernés à partir de septembre 2017 ; pour les lycéens inscrits dans un établissement bourguignon, le dispositif Elbe s'applique jusqu'au 30 juin 2017 (s'adresser à son établissement)

##### → Où ?

Monde entier

##### → Combien de temps ?

2 à 16 semaines

##### → Quelle aide ?

Bourse sur critères sociaux de 95 € par semaine maximum

##### → À qui dois-je m'adresser ?

À la Région (la demande se fait en ligne)

Plus d'infos :

[www.bourgognefranche-comte.fr](http://www.bourgognefranche-comte.fr)

---

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE POUR ÉLÈVES DE L'ENSEIGNEMENT AGRICOLE

### → Pour qui ?

Élèves inscrits en Bac pro ou Bac techno dans un établissement scolaire dépendant du Ministère de l'agriculture

### → Où ?

Monde entier

### → Combien de temps ?

4 semaines minimum

### → Quelle aide ?

Bourse de 100 à 1 000€ pour la totalité du stage

### → À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement

Plus d'infos :

<http://moveagri.ning.com> > comment partir > bourses

---

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DES JEUNES DU DÉPARTEMENT DE LA NIÈVRE

### → Pour qui ?

Jeunes de 16 à 25 ans domiciliés dans la Nièvre

### → Quelle aide ?

Maximum 800€

### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de la Nièvre

[www.nievre.fr](http://www.nievre.fr) > informations-jeunesse > mobilité internationale



## JE SUIS APPRENTI



---

## DYNASTAGE APPRENTIS

### → Pour qui ?

Apprentis inscrits dans un CFA de Bourgogne-Franche-Comté

### → Où ?

Monde entier

### → Combien de temps ?

2 semaines à 6 mois

### → Quelle aide ?

Bourse sur critères sociaux de 95€ par semaine maximum

### → À qui dois-je m'adresser ?

À la Région (la demande se fait en ligne)

Plus d'infos :

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

---

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DES JEUNES DU DÉPARTEMENT DE LA NIÈVRE

### → Pour qui ?

Jeunes de 16 à 25 ans domiciliés dans la Nièvre

### → Quelle aide ?

Maximum 800 €

### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de la Nièvre

[www.nievre.fr](http://www.nievre.fr) > informations-jeunesse > mobilité internationale



## JE SUIS ÉTUDIANT



---

### DYNASTAGE ÉTUDIANTS

#### → Pour qui ?

Étudiants inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur en Bourgogne-Franche-Comté

#### → Où ?

Monde entier

#### → Combien de temps ?

2 semaines à 6 mois

#### → Quelle aide ?

Bourse sur critères sociaux de 380 € par mois maximum (cumulable avec l'Aide à la mobilité internationale et avec une bourse Erasmus+)

#### → À qui dois-je m'adresser ?

À la Région (la demande se fait en ligne)

Plus d'infos :

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

---

### ERASMUS+ / MOBILITÉS ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR (STAGES)

#### → Pour qui ?

Étudiants inscrits dans un établissement participant au programme Erasmus+

#### → Où ?

Union européenne, Islande, Lichtenstein, Macédoine, Norvège, Turquie

#### → Combien de temps ?

Stage de 2 à 12 mois par cycle d'études

#### → Quelle aide ?

Bourse variable selon la destination (300 à 450 € par mois)

#### → À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement, notamment au service des relations internationales des Universités de Bourgogne et de Franche-Comté

Plus d'infos : [www.generation-erasmus.fr](http://www.generation-erasmus.fr) > étudiants

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DU MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

### → Pour qui ?

Étudiants boursiers devant effectuer un stage obligatoire

### → Où ?

Monde entier

### → Combien de temps ?

2 à 9 mois

### → Quelle aide ?

400 € par mois (aide non garantie pour la durée totale du stage)

### → À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement

Plus d'infos :

[www.enseignementsup-recherche.gouv.fr](http://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr) > enseignement supérieur

## STAGES PRATIQUES DE L'OFFICE FRANCO-ALLEMAND POUR LA JEUNESSE OFAJ

### → Pour qui ?

Étudiants en licence de moins de 30 ans

### → Où ?

Allemagne

### → Combien de temps ?

4 semaines minimum

### → Quelle aide ?

Bourse de 300 € par mois limitée à 900 € + aide pour les frais de voyage

Plus d'infos :

[www.ofaj.org](http://www.ofaj.org) > job/stage

**Contact en région :** Maison Rhénanie-Palatinat - [www.maison-rhenanie-palatinat.org](http://www.maison-rhenanie-palatinat.org)  
(voir carnet d'adresses)

**À noter :** possibilité d'effectuer des stages facultatifs grâce au programme Praxes de l'OFAJ (voir p 24).

## STAGES DE L'OFFICE FRANCO-QUÉBÉCOIS POUR LA JEUNESSE OFQJ

### → Pour qui ?

Étudiants d'une filière de formation technique ou apprentis, âgés de 18 à 35 ans

### → Où ?

Province du Québec

### → Combien de temps ?

1 à 6 mois, voire plus

### → Quelle aide ?

Accompagnement au montage du projet et aux démarches administratives, bourse de 200 € sous condition

Plus d'infos : [www.ofqj.org](http://www.ofqj.org) > étudiants apprentis

---

## STAGES DE L'IAESTE - INTERNATIONAL ASSOCIATION FOR THE EXCHANGE OF STUDENTS FOR TECHNICAL EXPERIENCE

### → Pour qui ?

Étudiants de 19 à 30 ans, Bac+3 à Bac+5, suivant un cursus en sciences essentiellement

### → Où ?

Plus de 80 pays

### → Combien de temps ?

8 à 12 semaines en été, possibilité de stages plus longs pendant le reste de l'année

### Quelle aide ?

Offres de stage, aide aux démarches administratives, bourse

Plus d'infos : [www.iaeste.org](http://www.iaeste.org) > students

---

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE POUR ÉTUDIANTS DE L'ENSEIGNEMENT AGRICOLE

### → Pour qui ?

Élèves inscrits en BTSA

### → Où ?

Monde entier

### → Combien de temps ?

4 semaines minimum

### → Quelle aide ?

Bourse de 100 à 1 000€ pour la durée totale du stage

### → À qui dois-je m'adresser ?

À mon établissement

Plus d'infos : [www.moveagri.ning.com](http://www.moveagri.ning.com) > comment partir > bourses

---

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DES JEUNES DU DÉPARTEMENT DE LA NIÈVRE

### → Pour qui ?

Jeunes de 16 à 25 ans domiciliés dans la Nièvre

### → Quelle aide ?

Maximum 800€

### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de la Nièvre

[www.nievre.fr](http://www.nievre.fr) > informations-jeunesse > mobilité internationale

# JE SUIS DEMANDEUR D'EMPLOI OU STAGIAIRE DE LA FORMATION PROFESSIONNELLE

## EURODYSSÉE

### → Pour qui ?

Jeunes diplômés, jeunes demandeurs d'emploi de 18 à 30 ans domiciliés en Bourgogne-Franche-Comté

### → Où ?

Régions européennes partenaires (voir la liste sur [www.eurodyssee.eu](http://www.eurodyssee.eu))

### → Combien de temps ?

3 à 7 mois dont 1 mois de stage de langue

### → Quelle aide ?

Bourse versée par la Région d'accueil + accompagnement (démarches, hébergement...)

### → À qui dois-je m'adresser ?

À la Région Bourgogne-Franche-Comté

Plus d'infos :  
[www.bourgognefranchecomte.fr](http://www.bourgognefranchecomte.fr)

## STAGES MONDE

### → Pour qui ?

Jeunes diplômés, jeunes demandeurs d'emploi de 18 à 30 ans domiciliés en Bourgogne-Franche-Comté

### → Où ?

Monde entier

### → Combien de temps ?

3 à 5 mois

### → Quelle aide ?

Bourse de 763 € par mois

### → À qui dois-je m'adresser ?

À la Région Bourgogne-Franche-Comté

Plus d'infos :  
[www.bourgognefranchecomte.fr](http://www.bourgognefranchecomte.fr)

## ERASMUS+ / SÉJOURS PROFESSIONNELS

### → Pour qui ?

Demandeurs d'emploi inscrits à Pôle emploi

### → Où ?

Europe

### → Combien de temps ?

13 semaines

### → À qui dois-je m'adresser ?

Conseillers Pôle emploi



## ERASMUS+ / STAGES

### → Pour qui ?

Demandeurs d'emploi diplômés ou qualifiés depuis moins d'un an (pas de condition d'âge)

### → Où ?

Union européenne, Islande, Liechtenstein, Macédoine, Norvège, Turquie

### → Combien de temps ?

2 semaines à 3 mois

### → Quelle aide ?

Variable selon la destination et la durée du stage

### → À qui dois-je m'adresser ?

Crij Franche-Comté  
(voir carnet d'adresses)

## AIDE À LA MOBILITÉ INTERNATIONALE DES JEUNES DU DÉPARTEMENT DE LA NIÈVRE

### → Pour qui ?

Jeunes de 16 à 25 ans domiciliés dans la Nièvre

### → Quelle aide ?

Maximum 800€

### → À qui dois-je m'adresser ?

Département de la Nièvre

[www.nievre.fr](http://www.nievre.fr) > informations-jeunesse > mobilité internationale

## PROGRAMME PRAXES DE L'OFFICE FRANCO-ALLEMAND POUR LA JEUNESSE OFAJ

### → Pour qui ?

Jeunes de 18 à 30 ans ayant des bases en allemand souhaitant effectuer un stage de perfectionnement professionnel

### → Où ?

Allemagne

### → Combien de temps ?

1 à 6 mois

### → Quelle aide ?

Convention de stage, assurance

Plus d'infos : [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org) > job/stage

Contact en région : Maison Rhénanie-Palatinat (voir carnet d'adresses)



### Erasmus+ / Mobilités formation professionnelle

Les stagiaires de la formation professionnelle inscrits dans un organisme (public ou privé) participant au programme Erasmus+ peuvent bénéficier d'une aide financière pour effectuer un stage ou une partie de leur formation en Europe, pour une durée de 2 semaines à 12 mois.

S'adresser à son organisme de formation.

Plus d'infos : [www.agence-erasmus.fr](http://www.agence-erasmus.fr) > Formation professionnelle

## 2.2 - Trouver un terrain de stage

Les méthodes sont les mêmes que pour une recherche d'emploi.

La recherche de stage peut s'effectuer par candidature spontanée ou en réponse à des offres.

Il est aussi possible de passer par un organisme privé qui s'occupera de la recherche d'un stage et du logement.

---

### SE FAIRE ACCOMPAGNER

Certains organismes proposent un accompagnement pouvant permettre de trouver un appui méthodologique, un lieu de stage, une aide financière...

#### • Réseau Eurodesk

Information et accompagnement des jeunes qui souhaitent séjourner en Europe et ailleurs à l'étranger (études, stages, jobs, volontariat...).

Relais présents dans les structures Information jeunesse (CRIJ, BIJ, PIJ) des villes suivantes : Auxerre, Belfort, Besançon, Chalon-sur-Saône, Chenôve, Dijon, Longvic, Lons-le-Saunier, Marsannay-la-Côte, Montbéliard, Nevers, Sens, Vesoul (voir p 61).

Plus d'infos : [www.information-jeunesse-eurodesk.fr](http://www.information-jeunesse-eurodesk.fr)

#### • Bureau des stages de la Maison Rhénanie-Palatinat (Dijon)

Recherche d'un lieu de stage, aide à la constitution du dossier (CV, lettre de motivation...), conseils et informations sur les bourses de stage ; pour les 18 à 30 ans ayant un projet de stage en Allemagne (Rhénanie-Palatinat), Pologne (Opole) ou République Tchèque (Bohême centrale).

Plus d'infos : [www.maison-rhenanie-palatinat.org](http://www.maison-rhenanie-palatinat.org) > stages et mobilité

#### • Région Bourgogne-Franche-Comté (service Europe rayonnement international)

Accompagnement des 18-30 ans ayant un projet de stage dans les régions européennes partenaires : Rhénanie-Palatinat (Allemagne), Opole (Pologne), Bohême centrale (République Tchèque).

Plus d'infos : [www.bourgognefranche-comte.fr](http://www.bourgognefranche-comte.fr)

---

### RÉPONDRE À UNE ANNONCE

De nombreux sites proposent des offres de stages, en voici quelques-uns :

- [www.emploi.org](http://www.emploi.org) (sites d'offres de stages)
- [www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org) (informations et sites d'offres de stages)
- <http://jobs-stages.letudiant.fr> (offres de stages étudiants dans le monde)
- [www.kapstages.com](http://www.kapstages.com) (offres de stages dans le monde entier)
- [www.teli.asso.fr](http://www.teli.asso.fr) (offres de stages dans le monde sur adhésion)

---

## CANDIDATURE SPONTANÉE

En plus de répondre à des offres, vous pouvez envoyer des candidatures spontanées à des entreprises, organismes publics... (coordonnées dans des annuaires) :

- [www.annuairedumonde.com](http://www.annuairedumonde.com)  
(accès aux annuaires téléphoniques du monde entier)
- [www.europages.fr](http://www.europages.fr) (annuaire d'entreprises en Europe)
- [www.emploi.org](http://www.emploi.org) (sites et annuaires d'entreprises)
- [www.kompass-international.com](http://www.kompass-international.com)  
(annuaire d'entreprises dans le monde, accès gratuit partiel)

---

## STAGES CLÉS EN MAIN

Certains organismes proposent des stages clés en main. Pratique, mais coûteuse, cette formule exige de la prudence. Avant toute inscription, il faut être vigilant sur les prestations garanties en matière de qualité du stage, de voyage, d'hébergement, et de remboursement en cas d'interruption du stage, ou d'échec dans la recherche. À l'inscription ne verser qu'une partie du prix demandé, le reste étant à payer en début de stage. Enfin, il faut toujours exiger un contrat écrit.

Pour plus de sécurité, il vaut mieux s'adresser aux organismes membres d'une fédération professionnelle, notamment les organisateurs de séjours linguistiques ; plus d'infos : [www.loffice.org](http://www.loffice.org) - [www.unosel.org](http://www.unosel.org)

Certains organismes de séjours au pair proposent aussi des stages à l'étranger :  
[www.ufaap.org](http://www.ufaap.org) - [www.iapa.org](http://www.iapa.org)

Deux organismes sont spécialisés dans les stages agricoles :  
[www.odyssee-agri.com](http://www.odyssee-agri.com) - [www.experience-internationale.fr](http://www.experience-internationale.fr)

---

## STAGES DANS LES INSTITUTIONS FRANÇAISES ET INTERNATIONALES

Les organisations françaises à l'étranger recrutent des stagiaires. Les stages peuvent s'effectuer dans une ambassade, un consulat, une alliance française, une mission économique... : [www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr)

Plus d'infos pour les stages dans les institutions internationales :

Institutions européennes

[www.europa.eu](http://www.europa.eu) > Vivre et faire des affaires > Éducation et jeunesse > Stages dans les institutions de l'UE

Organisations internationales

<http://fr.unesco.org/careers/> - <https://careers.un.org/> - [www.unric.org](http://www.unric.org)

**NOTES :**



**RÉGION  
BOURGOGNE  
FRANCHE  
COMTE**



**Eurodyssée et  
Stages Monde**  
(jeunes diplômés et  
jeunes demandeurs  
d'emploi)

**Aquisis**  
(étudiants et apprentis  
post-bac)

**Dynastage**  
(apprentis infra-bac  
et post-bac, lycéens\*  
et étudiants)

## **PASSEPORT POUR L'ÉTRANGER 2017**

\* Le dispositif Dynastage sera ouvert aux lycéens de la Côte-d'Or, de la Nièvre, de la Saône-et-Loire et de l'Yonne dès la rentrée scolaire en septembre 2017. Jusqu'au 30 juin 2017, le dispositif Elbe continue de s'appliquer.

STAGES ET ÉTUDES  
À L'ÉTRANGER,  
PARTEZ AVEC LA RÉGION!



Conception : Région Bourgogne-Franche-Comté, Direction de la communication et des relations avec les citoyens © Fotolia

**+ d'infos**

**Informations pratiques et demandes en ligne sur :**  
[bourgognefranchecomte.fr](http://bourgognefranchecomte.fr)

Tél. : 03 81 61 62 85

Courriel : [mobilite.internationale@bourgognefranchecomte.fr](mailto:mobilite.internationale@bourgognefranchecomte.fr)

# 3 . Trouver un job



Envie de bénéficier d'une expérience professionnelle à l'étranger... dans tous les cas, qu'il s'agisse d'un emploi durable et stable ou d'un job, il est essentiel de préparer sa candidature et de savoir où s'informer.

## 3.1 - CV et lettre de motivation

Votre CV et votre lettre de motivation sont les premiers contacts avec l'entreprise ou l'organisme, et donc les outils-clés pour valoriser votre argumentaire. Une connaissance de l'entreprise, de ses activités, du marché de l'emploi est nécessaire dans l'optique d'un entretien ou même pour prouver votre intérêt pour l'emploi auquel vous prétendez.

Votre lettre doit faire sentir votre motivation et vos capacités à vous adapter à un nouvel environnement.

La réalisation du CV et de la lettre de motivation se fait logiquement dans la langue du pays d'accueil ou à défaut en anglais. Soyez attentif aux règles de leur élaboration, elles varient d'un pays à l'autre.

**À noter** : ne traduisez pas vos diplômes, indiquez leurs équivalents du pays ou détaillez le contenu de votre formation

---

### SITES UTILES :

- <http://europass.cedefop.europa.eu/editors/fr> > lettre de motivation : éditeur en ligne de lettres de motivation avec conseils et mise en page automatique
- [www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) > services aux citoyens > préparer son expatriation > dossiers pays : conseils pour les CV et lettres de motivation
- [www.cidj.com](http://www.cidj.com) > infos > partir à l'étranger : conseils pour les CV en anglais, espagnol et allemand



Attention, les jeunes du pays étant eux-mêmes à la recherche d'un job, la concurrence est sévère et la pratique de la langue du pays, voire d'autres langues, est souvent indispensable.

## 3.2 - Répondre à une offre

De nombreux sites d'offres de jobs existent, la recherche s'effectue le plus souvent par domaines d'activités en français ou en langues étrangères.

Sont signalés ici des sites référencés par le réseau Eurodesk labellisé par la Commission Européenne, chargé d'informer les jeunes sur la mobilité à l'étranger et implanté dans le réseau Information Jeunesse.

### SITES GÉNÉRALISTES

---

#### OFFRES DE JOBS DANS LE MONDE ENTIER

- [www.anyworkanywhere.com](http://www.anyworkanywhere.com)
  - [www.cadresonline.com](http://www.cadresonline.com)
  - [www.jobtrotter.com](http://www.jobtrotter.com)
  - [www.monster.fr](http://www.monster.fr)
  - [www.pole-emploi-international.fr](http://www.pole-emploi-international.fr)
  - [www.seasonworkers.com](http://www.seasonworkers.com)
  - [www.studyrama-emploi.com](http://www.studyrama-emploi.com) > jobs étudiants > jobs à l'étranger
  - [www.teli.asso.fr](http://www.teli.asso.fr) : offres de jobs, contacts, conseils (sur adhésion)
- 

#### OFFRES DE JOBS EN EUROPE

- [www.ec.europa.eu/eures](http://www.ec.europa.eu/eures)
  - [www.eurojobs.com](http://www.eurojobs.com)
- 

#### OFFRES DE JOBS AU ROYAUME-UNI

- [www.fish4.co.uk](http://www.fish4.co.uk)
- [www.reed.co.uk](http://www.reed.co.uk)
- [www.totaljobs.com](http://www.totaljobs.com)

### SECTEUR DE L'HÔTELLERIE-RESTAURATION

Les jobs les plus proposés sont la plonge, l'aide en cuisine, le service en salle et les postes en restauration rapide.

- [www.barzone.co.uk](http://www.barzone.co.uk) : jobs dans des bars et pubs au Royaume-Uni
- [www.caterer.com](http://www.caterer.com) - [www.jobapplications.co.uk](http://www.jobapplications.co.uk) - [www.hotel-jobs.co.uk](http://www.hotel-jobs.co.uk) : offres au Royaume-Uni
- [www.lhotellerie-restauration.com](http://www.lhotellerie-restauration.com) : offres dans le monde entier



## SECTEUR TOURISTIQUE

Ce secteur propose de nombreux jobs : clubs de vacances, centres sportifs, boîtes de nuit, tavernes ou pubs, accompagnateur culturel ou de voyage, personnels d'accueil ou animateurs.

- [www.clubmedjobs.fr](http://www.clubmedjobs.fr) - <http://recrutement.ucpa.com> : emplois en centres de vacances
- [www.holidaybreakjobs.com](http://www.holidaybreakjobs.com) : offres dans le tourisme, les campings et les centres de vacances en Europe
- [www.sunseafun.com](http://www.sunseafun.com) : animation dans des hôtels en Europe

## SECTEUR AGRICOLE

Le ramassage ou la cueillette des fruits et légumes offre des missions qui varient en fonction de l'employeur et du poste ; les conditions de travail sont physiques et souvent pénibles.

- [www.fruitfuljobs.com](http://www.fruitfuljobs.com) : emplois ou jobs au Royaume-Uni
- [www.jobs4travellers.com.au](http://www.jobs4travellers.com.au) : jobs en Australie
- [www.odyssee-agri.com](http://www.odyssee-agri.com) : emplois ou jobs dans de nombreux pays
- [www.pickingjobs.com](http://www.pickingjobs.com) : cueillette et vendanges dans 18 pays
- [www.seasonalwork.co.nz](http://www.seasonalwork.co.nz) : jobs en Nouvelle-Zélande
- [www.seasonalwork.nl](http://www.seasonalwork.nl) : jobs aux Pays-Bas

## SECTEUR DE LA VENTE

Pensez aux chaînes internationales de grande distribution qui peuvent recruter à l'étranger :

- groupe Carrefour implanté en Europe, Amérique du sud et Asie : [www.carrefour.com/fr](http://www.carrefour.com/fr)
- groupe Casino implanté en Amérique du sud : [www.groupe-casino.fr](http://www.groupe-casino.fr)
- groupe Auchan implanté dans 15 pays, notamment la Chine et la Russie : [www.groupe-auchan.com](http://www.groupe-auchan.com)

## 3.3 - Candidater spontanément

Cette démarche demande de se constituer un carnet d'adresses d'entreprises et d'organismes étrangers ou internationaux susceptibles de rechercher des candidats. N'hésitez pas à faire jouer vos réseaux, vos proches, vos enseignants..., ils peuvent vous permettre d'enrichir votre carnet d'adresses ou vous conseiller.

Annuaire d'entreprises :

- entreprises britanniques : [www.yell.com](http://www.yell.com)
- entreprises en Europe : [www.europages.fr](http://www.europages.fr)
- entreprises dans le monde : [www.kompass.fr](http://www.kompass.fr) - [www.annuairedumonde.com](http://www.annuairedumonde.com)

## 3.4 - Réseaux sociaux professionnels

Ces réseaux permettent d'une part de vous créer un réseau, d'autre part aux recruteurs d'accéder à des contenus supplémentaires à ceux de votre CV :

- [www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)
- <https://my.yupeek.com>
- [www.viadeo.fr](http://www.viadeo.fr)

## 3.5 - Jobs clés en main

Quelques organismes proposent des jobs clés en main à l'étranger, pratique mais coûteuse cette formule exige de la prudence, demandez toujours un contrat écrit.

**Attention**, avant toute inscription, soyez vigilant sur les prestations : type de jobs, voyage, hébergement, et remboursement en cas d'interruption ou d'échec dans la recherche.

À l'inscription ne versez qu'une partie du prix demandé, payez le reste en début de séjour. Pour plus de sécurité, il est préférable de s'adresser aux organismes membres d'une fédération professionnelle : [www.loffice.org](http://www.loffice.org) - [www.unosel.org](http://www.unosel.org)

Certains organismes de séjours au pair proposent aussi des jobs à l'étranger : [www.ufaap.org](http://www.ufaap.org) - [www.iapa.org](http://www.iapa.org)

## 3.6 - D'autres pistes

Pour vous forger une première expérience et apporter une couleur internationale à votre CV.

---

### ACCOMPAGNATEUR DE SÉJOUR LINGUISTIQUE

C'est un job pour lequel il faut avoir un bon niveau de langue, être organisé et vigilant avec les enfants ou les jeunes. S'adresser aux agences et associations qui organisent des séjours :

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

---

### JOBS EN ALLEMAGNE

L'Office franco-allemand pour la jeunesse OFAJ offre une bourse aux jeunes de 16 à 30 ans pour effectuer un job de 4 semaines dans la ville ou région allemande jumelée avec la leur : [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org) > job / stage

Contact en région : Maison Rhénanie-Palatinat (voir carnet d'adresses)

---

## SÉJOUR AU PAIR

Il permet de vivre de 6 à 12 mois, voire moins l'été, dans une famille étrangère. Vous serez nourri, logé et percevrez de l'argent de poche en contrepartie de garde d'enfants et d'une aide aux tâches ménagères légères. Il faut avoir entre 18 et 26 ans et quelques connaissances en langues. Afin d'éviter toute déconvenue avant le départ ou pendant le séjour, il est fortement conseillé de s'adresser à des organismes labellisés.

Listes d'organismes de placement :

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

---

## ASSISTANT DE FRANÇAIS

Il assiste le professeur de français dans un établissement scolaire ou universitaire à l'étranger pendant 7 à 11 mois. Les postes d'assistant sont réservés en priorité aux étudiants futurs professeurs de langue.

Plus d'infos : [www.ciep.fr](http://www.ciep.fr) > mobilité internationale



### Programme vacances travail – PVT

Appelé permis ou visa vacances travail, le PVT est conçu pour les jeunes de 18 à 30 ans (35 pour le Canada), souhaitant voyager et travailler en Argentine, en Australie, au Canada, au Chili, en Colombie, en Corée du sud, à Hong Kong, au Japon, au Mexique, en Nouvelle-Zélande, en Russie, à Taïwan, en Uruguay.

Plus d'infos : [www.pvtistes.net](http://www.pvtistes.net)

---

**À noter :** Pour les 18-35 ans souhaitant exercer une activité à l'étranger en vue de se perfectionner, des accords permettent de faciliter les formalités administratives pour des emplois d'une durée déterminée.

Après avoir trouvé un employeur s'adresser à Pôle emploi international :

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

Pays concernés : Argentine, Bénin, Bulgarie, Canada, Cap Vert, Congo, États-Unis, Gabon, Maroc, Île Maurice, Nouvelle-Zélande, Roumanie, Russie, Sénégal, Tunisie ; pour la province du Québec : [www.ofqj.org](http://www.ofqj.org)

**NOTES :**





**23 380**

étudiants dans  
le Grand Besançon

---

**37**

sites de  
formation

---

**3**

campus

---

**255**

diplômes  
délivrés

---

**4 510**

stagiaires  
au CLA

pour

**110**

nationalités

---

**2 500**

salariés travaillent dans  
l'enseignement supérieur

---

**l'enseignement  
supérieur à  
Besançon**

**Siège de l'Université  
Bourgogne Franche-Comté**



Ville de  
**Besançon**

# 4 . Voluntariat



Plusieurs dispositifs ou cadres juridiques relatifs à l'engagement à l'international existent, ils tiennent compte de l'âge du volontaire, du temps dont il dispose et des compétences qu'il peut offrir. Dans la plupart des cas ils ouvrent droit à des indemnités.

## 4.1 - Le SVE - Service volontaire européen

Le SVE se déroule en totale immersion au sein d'un autre environnement culturel et permet aux 17-30 ans de participer au développement local d'un pays (28 pays de l'Union européenne et autres pays partenaires dans le monde) : projet d'intérêt social, sanitaire, culturel, environnemental ou humanitaire.

Le volontaire s'engage dans une activité à plein temps, non lucrative. En échange il est nourri, logé, bénéficie d'une protection sociale, d'une prise en charge totale ou partielle des frais de voyage et perçoit de l'argent de poche.

Les missions durent généralement de 2 à 12 mois (1 mois selon certaines conditions). Aucune condition de langue, de diplôme ou de formation n'est exigée.

**Plus d'infos :**

[www.erasmusplus-jeunesse.fr/site](http://www.erasmusplus-jeunesse.fr/site) > service volontaire européen

Pour les candidatures et l'accompagnement, contacter un organisme d'envoi SVE (voir carnet d'adresses).

**Pour trouver une mission :**

[www.europa.eu/youth/volunteering/project\\_fr](http://www.europa.eu/youth/volunteering/project_fr)

**Missions à pourvoir rapidement :**

[www.youthnetworks.eu](http://www.youthnetworks.eu) > vacancy

[www.facebook.com/groups/EVS.vacancy](https://www.facebook.com/groups/EVS.vacancy)

## 4.2 - Le Service civique

Pour les 16-25 ans (30 ans en situation de handicap) souhaitant s'engager au service de l'intérêt général au sein d'un organisme français proposant des missions à l'étranger.

Aucune condition de diplôme ou d'expérience professionnelle ne doit être exigée, c'est la motivation et le savoir-être qui comptent.

Séjour de 6 à 12 mois.

L'indemnité mensuelle est de 580 € ou de 688 € sous conditions.

**Plus d'infos :**

[www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr)

**À noter :**

- **L'Atelier de mobilité Léo Lagrange Dijon** propose des missions de service civique à l'étranger pour les jeunes dijonnais ; plus d'infos et contact : voir carnet d'adresses.
- **Le VFA Volontariat franco-allemand** est un volontariat qui s'inscrit dans le cadre du service civique ; il se décline notamment en deux volontariats spécifiques le VCFA (volontariat culturel franco-allemand) et le VEFA (volontariat écologique franco-allemand).

**Plus d'infos :**

<https://volontariat.ofaj.org>

[www.ve-fa.org](http://www.ve-fa.org)

[www.maison-rhenanie-palatinat.org](http://www.maison-rhenanie-palatinat.org)

## 4.3 - Le VI - Volontariat international

Pour les jeunes diplômés de 18 à 28 ans.  
Séjour de 6 à 24 mois dans le monde entier.

Le VI se décline en deux volontariats :

- **le VIE** (volontariat international en entreprise) pour les jeunes désirant réaliser une mission d'ordre commercial, technique, scientifique au sein d'une entreprise française à l'étranger,
- **le VIA** (volontariat international en administration) pour les jeunes désirant réaliser une mission dans les domaines de la culture, de l'environnement, du développement scientifique, économique, humanitaire... au sein de services d'État représentant la France à l'étranger (ambassades, consulats...).

**Plus d'infos :**

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

## 4.4 - Les volontariats de solidarité

### LE VSI - VOLONTARIAT DE SOLIDARITÉ INTERNATIONALE

Pour les majeurs, disposant de compétences, désirant s'engager dans des actions de solidarité pour des missions de santé, d'enseignement, de formation, de développement rural ou urbain...

Séjour de 6 ans au maximum (1 à 2 ans en moyenne) principalement en Afrique, Amérique latine, Asie.

**Plus d'infos :**

[www.clong-volontariat.org](http://www.clong-volontariat.org) > VSI

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



---

## VOLONTAIRE DE L'AIDE DE L'UNION EUROPÉENNE

Dispositif de l'Union européenne pour les plus de 18 ans ayant une ou plusieurs compétences professionnelles et souhaitant s'engager dans une organisation de solidarité internationale pour aider les populations en détresse. Sa durée varie d'un mois à plus d'un an.

Plus d'infos :

<http://ec.europa.eu/echo> > que faisons-nous



### Nouvelle initiative de l'Union européenne

Le **corps européen de solidarité** vise à donner aux jeunes la possibilité de se porter volontaires ou de travailler dans le cadre de projets destinés à aider des communautés et des personnes dans toute l'Europe.

Les jeunes peuvent s'inscrire au corps européen de solidarité à partir de 17 ans, mais ils doivent avoir atteint 18 ans pour pouvoir démarrer un projet et doivent achever celui-ci avant leurs 31 ans ; au terme d'une simple procédure d'inscription, ils peuvent être sélectionnés pour prendre part à un large éventail de projets.

Plus d'infos : [https://europa.eu/youth/solidarity/faq\\_fr](https://europa.eu/youth/solidarity/faq_fr)

---

## LE VNU - VOLONTARIAT DES NATIONS UNIES

Pour les plus de 25 ans titulaires d'un diplôme universitaire ou de technicien supérieur ayant au moins 2 ans d'expérience professionnelle ; missions d'aide au développement, opérations humanitaires et de maintien de la paix. Séjour de 6 à 12 mois dans la majorité des cas.

Plus d'infos :

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

---

## LE VIF - VOLONTARIAT INTERNATIONAL DE LA FRANCOPHONIE

Pour les jeunes diplômés francophones de 21 à 34 ans ayant acquis dans le cadre de leurs études universitaires des compétences avérées dans leur domaine de formation et animés d'un désir d'apprentissage et de partage. Séjour de 12 mois dans l'un des 57 états et gouvernements membres de la francophonie.

Plus d'infos :

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

# Organismes ressources

Des organismes sont présents en région pour informer, conseiller, former et préparer les porteurs de projets de coopération et de solidarité internationale : **Bourgogne-Franche-Comté International** et **RéCiDev** Réseau citoyenneté développement (voir carnet d'adresses).

## À noter :

- **France Volontaires**, informe et oriente les candidats au volontariat vers différentes associations.

Plus d'infos :

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

- **Le réseau Ritimo** regroupe des structures engagées pour la solidarité internationale qui informent le public, diffusent de l'information, organisent des animations et des formations...

Plus d'infos :

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



## Pour les salariés

Le **Congé de solidarité internationale** concerne les salariés ayant au moins 12 mois d'ancienneté dans l'entreprise et désirant participer à une mission d'entraide à l'étranger avec une association humanitaire ou une organisation internationale, pendant une période de 6 mois maximum.

Plus d'infos :

[www.france-volontaires.org](http://www.france-volontaires.org) > avant > les différents volontariats

Direction régionale et départementale de la jeunesse,  
des sports et de la cohésion sociale

>>>>> Un projet de mobilité...  
... le Service Volontaire Européen

>>>>> Une envie d'engagement ...  
... le Service Civique

Consulte toutes les infos :



Liberté • Égalité • Fraternité  
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

PRÉFET  
DE LA RÉGION  
BOURGOGNE-  
FRANCHE-COMTÉ

**DRDJSCS DE  
BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ**



10 BOULEVARD CARNOT  
CS 13 430  
21 034 DIJON CEDEX  
03.80.68.39.00



drjscs21@drjscs.gouv.fr  
[www.bourgogne-franche-comte.drdjscs.gouv.fr](http://www.bourgogne-franche-comte.drdjscs.gouv.fr)

# 5 . Partir autrement



En dehors d'un séjour lié aux études, à un stage ou un travail, il existe d'autres manières de partir à l'étranger : participer à un chantier de jeunes, allier tourisme-travail-rencontre...

## 5.1 - Avec un organisme ou un réseau

---

### CHANTIERS INTERNATIONAUX

Les chantiers de jeunes bénévoles sont une façon peu onéreuse de séjourner à l'étranger, vous êtes nourri, logé et vous participez à une vie communautaire en échange d'un travail journalier (travaux agricoles, restauration de bâtiments, protection de l'environnement, action de solidarité...). Une participation peut être demandée pour certains chantiers, le voyage reste à votre charge.

Plus d'infos :

[www.france-volontaires.org](http://www.france-volontaires.org) > Avant > Les différents volontariats > Les chantiers

---

### TRAVAIL À LA FERME AGRIVIVA

Travail dans une ferme Suisse pour les 16-25 ans pendant 2 à 8 semaines en échange de l'hébergement, du logement et d'un peu d'argent de poche.

Plus d'infos :

[www.agriviva.ch](http://www.agriviva.ch)

Contact en région : Info Jeunesse Jura (voir p 59).

---

### JUMELAGES

Les jumelages ont pour but de rapprocher des villes étrangères avec des villes françaises et soutenir des projets d'échanges, de rencontres...

Annuaire des villes jumelées : [www.afccre.org](http://www.afccre.org)

Union pour la coopération Bourgogne-Franche-Comté, Allemagne, Pologne, République Tchèque : <http://www.ucbrp.asso.fr>

---

### ERASMUS+ / ÉCHANGES DE JEUNES

Permet à des associations, des groupes de jeunes, des collectivités... d'organiser des rencontres d'une à trois semaines mobilisant 16 à 30 jeunes, âgés de 13 à 30 ans.

Plus d'infos :

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

Contact : DRDJSCS Bourgogne-Franche-Comté (voir carnet d'adresses)

---

## PROGRAMMES VILLE VIE VACANCES-SOLIDARITÉ INTERNATIONALE (VVV-SI) ET JEUNESSE-SOLIDARITÉ INTERNATIONALE (JSI)

Ces programmes permettent de soutenir des micro-projets d'échanges entre jeunes du Nord et du Sud qui favorisent l'apprentissage de la citoyenneté ; ils s'adressent à des groupes de 4 à 16 jeunes de 15 à 25 ans parrainés par une association de solidarité internationale.

Plus d'infos :

[www.fonjep.org](http://www.fonjep.org) > vous êtes une association > JSI - VVV/SI Programmes jeunesse

**Contacts en région : Bourgogne-Franche-Comté International**  
(voir carnet d'adresses)

---

## 5.2 - En autonomie

---

### TOURISME PARTICIPATIF

Le principe du tourisme participatif est d'impliquer les visiteurs dans la vie locale du territoire visité, en échange de l'accueil.

- [www.helpx.net](http://www.helpx.net) : hébergement et parfois repas chez des particuliers en échange de quelques heures de travail notamment en Australie, Canada, États-Unis, Europe, Nouvelle-Zélande
- [www.workaway.info](http://www.workaway.info) : travail pour des particuliers dans tous les pays en échange du gîte et du couvert
- <http://www.woofinternational.org> : le wwoofing consiste à travailler, dans la plupart des pays, dans une ferme pratiquant l'agriculture biologique en échange du gîte et du couvert

---

### MONTER UN PROJET (VACANCES, SOLIDARITÉ...)

- **Le Clap - Comité local d'aide aux projets** - propose un accompagnement (méthodologie, soutiens, ressources...) pour tous types de projet à l'initiative des 11-30 ans de la région.

Plus d'infos : [www.energiejeune.fr](http://www.energiejeune.fr)

- **L'Atelier mobilité Léo Lagrange Dijon** propose également un accompagnement et des bourses en direction des 16-30 ans pour leurs projets et leurs initiatives notamment à l'étranger.

Plus d'infos : [www.jeunes-dijon.org](http://www.jeunes-dijon.org)



Afin de faciliter votre démarche de projet individuel ou collectif, les bureaux ou points Information Jeunesse peuvent vous informer sur les aides locales et les organismes de proximité : aides attribuées par les mairies, échanges dans le cadre des comités de jumelage...

Pour contacter la structure Information Jeunesse de votre lieu de résidence : [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com) et [www.ijbourgogne.com](http://www.ijbourgogne.com)

### • Jeunes citoyens du monde

La région Bourgogne-Franche-Comté soutient les 18-30 ans domiciliés dans la région souhaitant mener, dans le cadre d'un projet individuel, une action humanitaire ou de développement à titre bénévole grâce à une structure française ou étrangère. L'aide est de 1 000 euros maximum dans la limite de 50 % du projet.

Plus d'infos :

[www.bourgognefranche-comte.fr](http://www.bourgognefranche-comte.fr)

### Ressources

• **Bourgogne-Franche-Comté International** propose des répertoires d'acteurs régionaux, des conseils et des ressources pour les projets concernant la coopération et la solidarité internationale.

Plus d'infos :

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

• **Le réseau étudiants et développement** recense les associations étudiantes de solidarité internationale et propose des ressources.

Plus d'infos :

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

• **Le réseau social Projaide** oriente et met en relation les porteurs de projets et des points d'accompagnement, propose également des ressources et documents en ligne.

Plus d'infos :

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

• **Le réseau Ritimo** regroupe des structures engagées pour la solidarité internationale, informe et propose des ressources.

Plus d'infos :

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



Les bourses ou prix des associations et fondations privées peuvent être sollicités par tous les jeunes souhaitant réaliser des projets scientifiques, humanitaires, de voyages...

#### À titre d'exemple :

- **Lions clubs, Rotary club**  
[www.rotary.org/fr](http://www.rotary.org/fr) - [www.lions-france.org](http://www.lions-france.org)
- **Fondation Zellidja**  
(bourses de voyage pour les 16-20 ans)  
[www.zellidja.com](http://www.zellidja.com)
- **Fondation de France**  
(notamment bourses déclics jeunes pour les 18-30 ans)  
[www.fondationdefrance.org](http://www.fondationdefrance.org)

---

## NOTES :



Une question, un projet sur l'Union européenne ?

MAISON DE L'EUROPE  
EN FRANCHE-COMTE



Nos services :  
brochures, expositions  
pédagogie, évènements  
conseils, visites des institutions

D'ERASMUS  
À  
ERASMUS+  
30 ANS  
DE SUCCÈS

Depuis 30 ans, l'Union européenne accompagne et finance la mobilité internationale des jeunes

Maison de l'Europe, 26D rue de la République 25000 Besançon  
www.europe-franche-comte.fr 03 81 21 29 55

designood by freepik.com

ÉCHANGE CITOYENNETÉ VOLONTARIAT MOBILITÉ INTERNATIONALE

CERCOOP

ET



Bourgogne  
coopération

VOTRE NOUVEAU RÉSEAU

BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ  
INTERNATIONAL

Vous accompagne dans vos projets  
de solidarité et de coopération internationale  
des idées à leur structuration

Suivez-nous sur :

WWW.BFC-INTERNATIONAL.ORG

Contacts :

Besançon : Tél : 03 81 66 52 38

Dijon : Tél : 09 83 20 12 03

Courriel : contact@bfc-international.org

INFORMATION



APPUI-CONSEIL



FORMATION



MISE  
EN RÉSEAU



# 6 . Ressources



## 6.1 – Sites web

---

### INFOS GÉNÉRALES

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

Plateforme régionale dédiée à la mobilité internationale des jeunes de Bourgogne-Franche-Comté

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

Eurodesk, relais d'information soutenu par la Commission européenne, propose un panorama des dispositifs facilitant la mobilité des jeunes en Europe

<http://europa.eu/youth>

Portail européen de la jeunesse

<http://europa.eu>

Portail de l'Union européenne

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

Portail français sur les questions européennes

<http://decouvrirlemonde.jeunes.gouv.fr>

Portail de la mobilité européenne et internationale des jeunes

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

Ministère des affaires étrangères

---

### PROGRAMMES DE MOBILITÉ

[www.bourgognefranche-comte.fr](http://www.bourgognefranche-comte.fr)

Programmes Stages Monde et Eurodyssée

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

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

Programme Erasmus+

---

### ÉTUDES

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

Réseau européen des centres de ressources pour l'orientation et la mobilité en Europe

<http://mavoieproeurope.onisep.fr>

Portail européen pour la mobilité des jeunes en voie professionnelle

[www.enseignementsup-recherche.gouv.fr](http://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr) > Europe et international

Ministère de l'enseignement supérieur et de la recherche

---

## MOBILITÉ PROFESSIONNELLE

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

Emploi en Europe

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

Reconnaissance professionnelle

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

CV européen - Passeport langue - Europass Mobilité

---

## PARTIR AUTREMENT, VOLONTARIAT

[www.service-civique.gouv.fr](http://www.service-civique.gouv.fr)

Service civique

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

Volontariat international en entreprise/administration

[www.europa.eu/youth/volunteering/project\\_fr](http://www.europa.eu/youth/volunteering/project_fr)

Trouver une offre de SVE

[www.youthnetworks.eu](http://www.youthnetworks.eu) > vacancy

Offres de SVE à pourvoir rapidement

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

Chantiers de jeunes et volontariat international

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

Échanges franco-allemands

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

Échanges franco-qubécois

## 6.2 – Dossiers Information Jeunesse

Ces dossiers d'information, réalisés par le Centre d'information et de documentation jeunesse CIDJ, sont consultables dans tout le réseau information jeunesse de Bourgogne-Franche-Comté.

- n° 8.1 Partir à l'étranger toutes les idées
- n° 8.11 Préparer son séjour à l'étranger
- n° 8.21 Travailler à l'étranger
- n° 8.22 Partir en stage à l'étranger
- n° 8.23 Partir au pair à l'étranger
- n° 8.26 Le volontariat international
- n° 8.52 Étudier en Europe
- n° 8.53 Les programmes européens
- n° 5.61 Les chantiers de jeunes bénévoles
- n° 7.6 Les séjours linguistiques à l'étranger

Adresses des Centres, Bureaux et  
Points Information Jeunesse CIJ, BIJ, PIJ  
[www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com) et [www.ijbourgogne.com](http://www.ijbourgogne.com)

## 6.3 – Carnet d'adresses

### APRECA

6 rue Vannerie  
21000 Dijon  
03 80 28 79 98  
www.apreca.net

Gère des programmes de mobilité à l'étranger pour (demandeurs d'emploi et apprentis).

### ATELIER MOBILITÉ LÉO LAGRANGE DIJON

36 Ter rue Colson  
21000 Dijon  
09 80 31 21 05 ou 06 85 72 92 36  
ateliermobilite@leolagrange.org  
www.jeunes-dijon.org  
www.facebook.com/  
latelierinternational.leolagrange.dijon

Accompagne les jeunes dijonnais ayant des projets collectifs ou individuels à l'étranger dans les domaines de la culture, du sport, de la solidarité : méthodologie, aide financière, suivi...

### BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ INTERNATIONAL - BFC INTERNATIONAL

S'adresse aux particuliers, associations, collectivités territoriales, entreprises et institutions bourguignonnes-franc-comtoises souhaitant s'informer et bénéficier d'un accompagnement dans le domaine de la coopération et de la solidarité internationale.

### • SITE DE BESANÇON

Arsenal - Bât. Q 4  
Place Saint-Jacques - BP 16163  
25014 Besançon cedex  
03 81 66 52 38/49  
www.bfc-international.org  
contact@bfc-international.org

### • SITE DE DIJON

Maison des associations - bureaux  
309-310-321  
2 rue des Corroyeurs - boîte H15  
21000 Dijon  
09 83 20 12 03 ou 06 98 21 21 71  
www.bfc-international.org  
contact@bfc-international.org

### CENTRES EUROPE DIRECT

Europe Direct (réseau officiel d'information de l'UE) conseille et répond aux questions des citoyens sur l'Union européenne (fonctionnement, actions, financements). Intervient notamment dans les établissements scolaires.

### • CENTRE D'INFORMATION EUROPE DIRECT BESANÇON

Maison de l'Europe  
26 D rue de la République  
25000 Besançon  
03 81 21 29 55  
europedirect@europe-fc.eu  
www.europe-franchemcomte.fr

### • CENTRE D'INFORMATION EUROPE DIRECT DIJON

37 boulevard de la Trémouille  
21000 Dijon  
03 80 30 67 88  
frederic.bergelin@  
bourgognefranchecomte.fr

### • CENTRE D'INFORMATION EUROPE DIRECT MÂCON

19 place Genevès  
71000 Mâcon  
03 85 21 14 12  
denis.indract@  
bourgognefranchecomte.fr

---

## CENTRES D'INFORMATION ET D'ORIENTATION - CIO - MISSION RELAIS EUROPE

Informe sur les études à l'étranger.

### • CIO BESANÇON

5 rue Sarraill  
25000 Besançon  
03 81 61 53 03  
cio.besancon@ac-besancon.fr  
http://cio-besancon.ac-besancon.fr

### • CIO DIJON 2

8 rue Daubenton  
21000 Dijon  
03 80 45 11 34  
cio.dijon2@ac-dijon.fr  
www.ac-dijon.fr/Orientation/CIO/  
Dijon-2

---

## COMITÉ LOCAL D'AIDE AUX PROJETS - CLAP

CRIJ Franche-Comté  
27 rue de la République  
25000 Besançon  
03 81 21 16 00  
olivier.poulot@jeunes-fc.com  
www.energiejeune.fr

Accompagne les 11-30 ans de la région dans la réalisation de leurs projets (sauf projets de formation et de création d'entreprise) : appui méthodologique, technique, logistique, financier.

---

## CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE HAUTE-SAÔNE

Direction du Développement, de l'Aménagement et de la Coopération Territoriale - Service Éducation et Jeunesse - Espace 70  
4 A rue de l'Industrie - BP 10339  
70006 Vesoul cedex

03 84 95 78 81  
afde@haute-saone.fr  
www.haute-saone.fr

Propose des aides financières pour les jeunes Haut-Saônois.

---

## CONSEIL DÉPARTEMENTAL DE LA NIÈVRE

Pôle Éducation, Jeunesse et Sport  
Aide mobilité internationale  
30 place des Courlis  
58039 Nevers  
03 86 93 01 94  
jeunesse@nievre.fr  
www.nievre.fr

Propose des aides à la mobilité internationale pour les jeunes Nivernais.

---

## CRIJ BOURGOGNE

Maison des Associations  
2 rue des Corroyeurs - boîte LL1  
21000 Dijon  
03 80 44 18 35  
documentation@ijbourgogne.com  
www.ijbourgogne.com

Informe et conseille sur la mobilité internationale.  
Point info OFAJ.

---

## CRIJ FRANCHE-COMTÉ

27 rue de la République  
25000 Besançon  
03 81 21 16 16  
contact@jeunes-fc.com  
www.jeunes-fc.com

Informe et conseille sur les différentes possibilités pour partir à l'étranger. Coordonne des programmes de mobilité internationale pour les demandeurs d'emploi.

---

## DÉLÉGUÉE ACADÉMIQUE AUX RELATIONS EUROPÉENNES, INTERNATIONALES ET À LA COOPÉRATION - DAREIC

Coordonne la politique européenne et internationale académique. Conseille et informe les établissements sur les projets européens, échanges scolaires, mobilité des enseignants...

### • DAREIC BESANÇON

10 rue de la Convention  
25030 Besançon cedex  
03 81 65 74 05  
ce.relinter@ac-besancon.fr  
www.ac-besancon.fr

### • DAREIC DIJON

2 G rue du Général Delaborde  
21000 Dijon  
03 80 44 85 75  
relations.internationales@ac-dijon.fr  
www.ac-dijon.fr

---

## DIRECTION RÉGIONALE DE L'ALIMENTATION, DE L'AGRICULTURE ET DE LA FORÊT BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ - DRAAF

4 bis rue Hoche - BP 87865  
21078 Dijon cedex  
03 80 39 30 00  
draaf-bourgogne-franche-comte@agriculture.gouv.fr  
www.draaf.bourgogne-franche-comte.agriculture.gouv.fr

---

## DIRECTION RÉGIONALE ET DÉPARTEMENTALE JEUNESSE, SPORT ET COHÉSION SOCIALE BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ - DRDJSCS

10 boulevard Carnot - CS 13430  
21034 Dijon cedex  
03 80 68 39 00  
www.bourgogne-franche-comte.drdjcs.gouv.fr

### Site distant :

11 Bis rue Nicolas Bruand  
25043 Besançon Cedex  
03 81 21 60 00

Informe sur le volet jeunesse du programme européen Erasmus+.

---

## ERASMUS STUDENT NETWORK – ESN

Associations étudiantes qui accueillent et intègrent les étudiants internationaux pour leur faire découvrir la culture régionale et française.

### • ESN BELFORT-MONTBÉLIARD

4 rue Jean-Pierre Melville  
90000 Belfort  
contact.esnbm@gmail.com  
www.belfort-montbeliard.ixesn.fr

### • ESN BESANÇON

30 rue Mégevand  
accueil 4 place Saint-Jacques  
25000 Besançon  
09 52 28 97 50  
info@erasmus-besancon.com  
www.erasmus-besancon.com

## • ESN INSIDIJON

Université de Bourgogne  
Maison de l'Étudiant - bureau 108  
Esplanade Erasme  
21000 Dijon  
03 80 39 90 83  
insidijon@ixesn.fr  
www.dijon.ixesn.fr/esn-insidijon

## EURODESK

Eurodesk est un réseau européen soutenu par la Commission européenne chargé d'informer les jeunes et les professionnels sur la mobilité en Europe, les dispositifs et programmes européens, d'éditer des publications et des expositions sur l'Europe et de gérer le Portail européen de la jeunesse <http://europa.eu/youth>

Le CIDJ assure la coordination nationale d'Eurodesk pour la France.

Les relais Eurodesk en Bourgogne-Franche-Comté vous accueillent dans le réseau Information Jeunesse des villes suivantes : Belfort, Besançon, Chalon-sur-Saône, Dijon, Chenôve, Longvic, Lons-le-Saunier, Marsannay-la-Côte, Montbéliard, Nevers, Sens, Vesoul (voir coordonnées page 59 et sur [www.information-jeunesse-eurodesk.fr](http://www.information-jeunesse-eurodesk.fr)).

## MAISON RHÉNANIE-PALATINAT

Centre franco-allemand en Bourgogne-Franche-Comté  
29 rue Buffon - BP 32415  
21024 Dijon cedex  
03 80 68 07 00 ou 03 80 68 06 96  
(bureau stages et mobilité)  
[www.maison-rhenanie-palatinat.org](http://www.maison-rhenanie-palatinat.org)

Centre culturel franco-allemand, informe et accompagne le public sur tout projet de mobilité en Allemagne (stages, études, échanges, volontariat...). Point Info OFAJ.

## PÔLE EMPLOI INTERNATIONAL - PEI

Offre de service digitale : EMPLOI STORE Any time, Any where, Any Device qui propose des serious game (partir travailler au Canada, en Suisse, en Allemagne...)

Dans toutes les agences Pôle emploi de Bourgogne-Franche-Comté :

- . connexion au site EURES
- . bourse ERASMUS+/Placement
- . programme Your First EURES Job

Orientation en suivi délégué réalisé par 7 équipes spécialisées en expatriation (Afrique, Canada, Etats-Unis, Australie, Europe...)

Conseil spécifique sur l'emploi frontalier : conseillère EURES de Pontarlier (25300).

[espaceinternpe.bfc@pole-emploi.fr](mailto:espaceinternpe.bfc@pole-emploi.fr)

## PÔLE FORMATION ET VIE UNIVERSITAIRE UNIVERSITÉ DE BOURGOGNE - PFVU

Maison de l'Université  
Esplanade Erasme - BP 27877  
21078 Dijon Cedex  
03 80 39 39 80  
[pole.formation@u-bourgogne.fr](mailto:pole.formation@u-bourgogne.fr)  
<https://ub-link.u-bourgogne.fr>

Informe sur les études supérieures en Europe.

## RÉSEAU CITOYENNETÉ DÉVELOPPEMENT - RÉCIDEV

3 avenue du Parc  
25000 Besançon  
03 81 41 05 87  
[contact@recidev.org](mailto:contact@recidev.org)  
[www.recidev.org](http://www.recidev.org)

Accompagne dans le domaine de la solidarité internationale et en particulier les jeunes ayant un premier projet en lien avec ce thème.



## RÉGION BOURGOGNE- FRANCHE-COMTÉ

### DIRECTION RECHERCHE ET ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

17 boulevard de la Trémouille - CS  
23502  
21035 Dijon cedex  
03 81 61 62 85 ou 03 80 44 37 61  
mobilite.internationale@  
bourgognefranchecomte.fr  
www.bourgognefranchecomte.fr

Propose de nombreux dispositifs  
de mobilité internationale pour les  
lycéens, étudiants, jeunes, apprentis,  
jeunes diplômés, jeunes demandeurs  
d'emploi.

## STRUCTURES D'ENVOI SVE

### ATELIER MOBILITÉ LÉO LAGRANGE DIJON

36 Ter rue Colson  
21000 Dijon  
09 80 31 21 05 ou 06 85 72 92 36  
atelermobilite@leolagrangearg.org  
www.jeunes-dijon.org  
www.facebook.com/  
latelierinternational.leolagrangedijon  
Pour les jeunes du Grand Dijon.

### CEMÉA

18 rue de Cologne - BP 117  
25013 Besançon Cedex  
03 81 81 33 80  
asso@cemeafc.org  
www.cemeafc.org

## DÉPARTEMENT DU TERRITOIRE DE BELFORT

Mission coopération internationale  
6 place de la Révolution Française  
90020 Belfort cedex  
03 84 90 90 46  
edith.godfroy@territoiredebelfort.fr  
www.territoiredebelfort.fr  
Pour les jeunes de l'Aire urbaine.

### VILLE DE NEVERS

Mission jeunesse et international  
Isabelle Perasso-Biard  
1 place de l'Hôtel de Ville  
58000 Nevers  
03 86 68 44 31  
relations.internationales@ville-nevers.fr  
www.nevers.fr/  
service-volontaire-europeen  
https://relations-internationales.nevers.fr/  
Pour les jeunes de la Nièvre ou  
scolarisés à Nevers.

### À noter : Correspondante régionale SVE : Patricia Chastel

Direction régionale et départementale  
jeunesse, sport et cohésion sociale de  
Bourgogne Franche-Comté DRDJSCS

Site distant :  
11 Bis rue Nicolas Bruand  
25043 Besançon Cedex  
03 81 21 60 45  
patricia.chastel@drjscs.gouv.fr  
www.bourgogne-franche-comte.  
drdjscs.gouv.fr

Informe tout particulièrement sur  
l'agrément des organismes.

---

## UNIVERSITÉ DE BOURGOGNE

Pôle international  
Maison de l'Université  
Esplanade Erasme - BP 27877  
21078 Dijon cedex  
03 80 39 50 17  
international@u-bourgogne.fr  
www.u-bourgogne.fr/international  
www.facebook.com/international.  
office.univ.burgundy

Informe les étudiants de l'Université de Bourgogne sur les possibilités de mobilité internationale (études, stages...).

---

## UNIVERSITÉ DE FRANCHE-COMTÉ

Direction des relations internationales  
et de la francophonie - DRIF  
4 place Saint-Jacques  
25000 Besançon  
dri@univ-fcomte.fr  
www.univ-fcomte.fr

Informe et accompagne les étudiants de l'Université de Franche-Comté pour leur projet d'études et de stages à l'étranger.

---

## NOTES :

## 6.4 – Réseau Eurodesk

### Pour partir, commencez par nous rencontrer

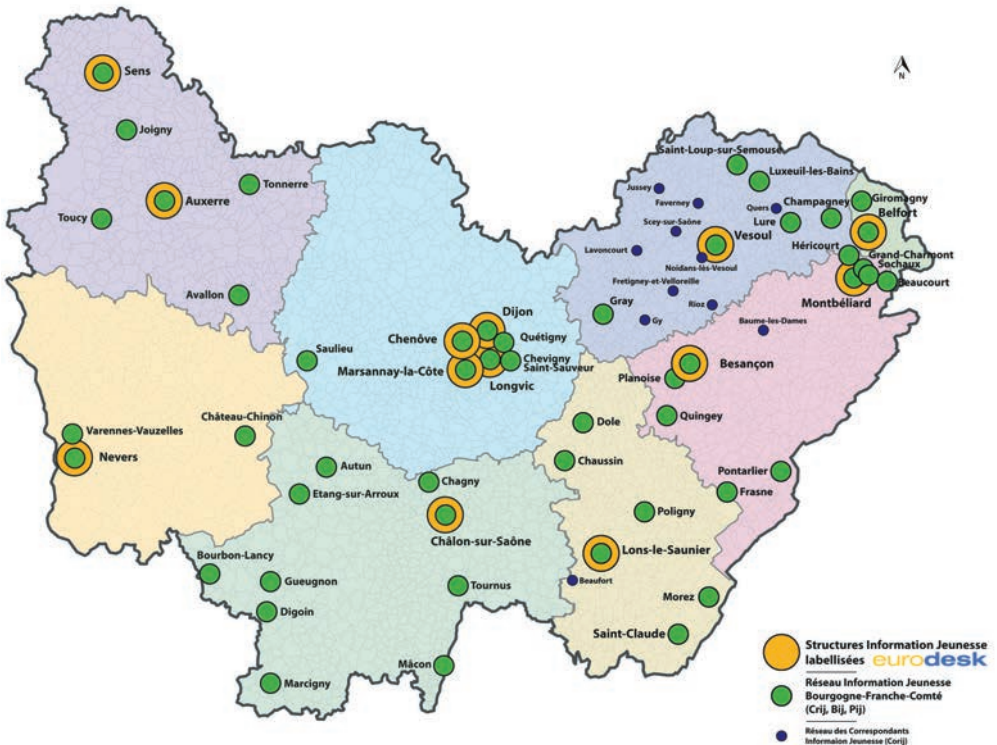
L'information jeunesse en Bourgogne-Franche-Comté assure une mission de service public conformément à la charte de l'information jeunesse.

Les 50 structures Information Jeunesse sont les lieux pour s'informer gratuitement et sans rendez-vous pour toute question relative notamment à un départ à l'étranger et à la mobilité internationale (pour les études, un stage, un

emploi, en volontariat...).

Les conseillers Eurodesk, grâce aux ressources documentaires et à leurs collègues qui se trouvent partout en Europe, sont particulièrement investis sur ces questions.

Outre les infos et les conseils, il est possible d'être accompagné pour des projets de stages ou de volontariat.



## Relais Eurodesk en Bourgogne- Franche-Comté

---

### CÔTE D'OR

#### Point information jeunesse Chenôve - PIJ

03 80 51 55 79  
pij\_chenove@ijbourgogne.com

#### Centre régional information jeunesse Bourgogne à Dijon - CRIJ

03 80 44 18 35  
documentation@ijbourgogne.com

#### Point information jeunesse Longvic - PIJ

03 80 68 44 23  
pij\_longvic@ijbourgogne.com

#### Point information jeunesse Marsannay-la-Côte - PIJ

03 80 59 64 79  
pij\_marsannaylacote@ijbourgogne.com

---

### DOUBS

#### Centre régional information jeunesse Franche-Comté à Besançon - CRIJ

03 81 21 16 16  
contact@jeunes-fc.com

#### Bureau information jeunesse Montbéliard - BIJ

03 81 99 24 15  
ijmontbeliard@jeunes-fc.com

---

### JURA

#### Info jeunesse Jura Lons-le-Saunier - IJJ

03 84 87 02 55  
ijlonslesaubier@jeunes-fc.com

---

### HAUTE-SAÔNE

#### Centre Information Jeunesse Haute-Saône à Vesoul - CIJ

03 84 97 00 90  
ijvesoul@jeunes-fc.com

---

### NIÈVRE

#### Bureau information jeunesse de la Nièvre à Nevers - BIJ

03 45 52 50 01  
bij\_nievre@ijbourgogne.com

---

### SAÔNE ET LOIRE

#### Point information jeunesse Chalon-sur-Saône - PIJ

03 85 48 05 12  
pij\_chalonsursaone@ijbourgogne.com

---

### TERRITOIRE DE BELFORT

#### Belfort information jeunesse - BIJ

03 84 90 11 11  
ijbelfort@jeunes-fc.com

---

### YONNE

#### Point information jeunesse Sens - PIJ

03 86 95 18 25  
pij\_sens@ijbourgogne.com

## 6.5 – Index des dispositifs

### A

|  |                      |
|--|----------------------|
| Accords inter-universitaires ou de coopération .....                               | p. 13                |
| Agriviva travail à la ferme .....  | p. 44                |
| Aide à la mobilité internationale<br>(ministère de l'Enseignement supérieur) ..... | p. 12/21             |
| Aide à la mobilité internationale de l'enseignement agricole.....                  | p. 19/22             |
| Aide à la mobilité internationale des jeunes (Nièvre).....                         | p. 10/14/19/20/22/24 |
| Allocation Erasmus+.....   | p. 12                |
| Allocation familiale départementale étudiant AFDE (Haute-Saône) .....              | p. 13                |

### B

|  |       |
|--|-------|
| Bourse Aquisis.....                        | p. 13 |
| Bourses lycées français à l'étranger ..... | p. 11 |

### C

|   |       |
|---|-------|
| Chantiers internationaux.....             | p. 44 |
| Comité local d'aide aux projets CLAP..... | p. 45 |
| Congé de solidarité internationale .....  | p. 41 |
| Corps européen de solidarité .....        | p. 40 |

### D

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| Dynastage apprentis..... | p. 19 |
| Dynastage étudiants..... | p. 20 |
| Dynastage lycéens .....  | p. 18 |

### E

|  |       |
|--|-------|
| Échanges Académie Besançon/Asturies-Navarre.....           | p. 9  |
| Échanges Académie Besançon/Suisse .....                    | p. 10 |
| Échanges Académie Dijon/Rhénanie-Palatinat.....            | p. 10 |
| Échanges de jeunes du Rotary club.....                     | p. 11 |
| Erasmus+ / Echanges de jeunes .....                        | p. 44 |
| Erasmus+ / Mobilités enseignement supérieur - études.....  | p. 11 |
| Erasmus+ / Mobilités enseignement supérieur - stages ..... | p. 20 |
| Erasmus+ / Mobilité formation professionnelle.....         | p. 24 |
| Erasmus+ / Partenariats scolaires .....                    | p. 8  |
| Erasmus+ / Séjours professionnels .....                    | p. 23 |
| Erasmus+ / Stages .....                                    | p. 24 |
| Eurodyssée .....   | p. 23 |

## I

International Student Exchange Programs ISEP..... p. 12

## J

Jeunes citoyens du monde..... p. 46

## P

Programme Brigitte Sauzey OFAJ ..... p. 8  
 Programme d'échanges étudiants PÉÉ ..... p. 12  
 Programme jeunesse-solidarité internationale JSI ..... p. 45  
 Programme Praxes OFAJ ..... p. 24  
 Programme vacances travail PVT..... p. 34  
 Programme ville vie vacances-solidarité internationale VVV-SI ..... p. 45  
 Programme Voltaire OFAJ ..... p. 9

## S

Service civique..... p. 38  
 Service volontaire européen SVE..... p. 38  
 Stages de l'IAESTE ..... p. 22  
 Stages de l'OFQJ ..... p. 21  
 Stages Monde ..... p. 23  
 Stages pratiques de l'OFAJ..... p. 21

## V

Volontaire de l'aide de l'Union européenne..... p. 40  
 Volontariat de solidarité internationale VSI..... p. 39  
 Volontariat des nations unies VNU ..... p. 40  
 Volontariat international VIA – VIE ..... p. 39  
 Volontariat international de la francophonie VIF..... p. 40



[www.facebook.com/Erasmusplus.MFRBourgogneFrancheComte/](http://www.facebook.com/Erasmusplus.MFRBourgogneFrancheComte/)



Erasmus+



[fr.bfc@mfr.asso.fr](mailto:fr.bfc@mfr.asso.fr)



FÉDÉRATION  
RÉGIONALE  
DES MFR  
DE BOURGOGNE  
FRANCHE-COMTÉ

RÉUSSIR  
*autrement*

240 JEUNES  
EN MOBILITÉ  
EN 2016-2017

Apprentis, élèves,  
stagiaires de la formation...  
et des jeunes diplômés  
même hors MFR

16 MFR sur la Bourgogne  
Franche-Comté mobilisées

1<sup>er</sup> établissement ayant obtenu une charte qualité « mobilité formation professionnelle »



MFR - MFR BOURGOGNE - 01 83 71 91 49 - [www.mfr.fr](http://www.mfr.fr) - 1001000000

## INFORMATIONS ACCOMPAGNEMENT FINANCEMENT

- PROGRAMMES  
D'ÉTUDES ET STAGES À  
L'INTERNATIONAL
- PROJETS EMPLOIS
- STAGES



ORIENTATION STAGE EMPLOI  
MAISON DES ÉTUDIANTS, 36A AVENUE DE L'OBSERVATOIRE, 25000 BESANÇON  
[OSE@UNIV-FCOMTE.FR](mailto:OSE@UNIV-FCOMTE.FR)

DIRECTION DES RELATIONS INTERNATIONALES  
ET DE LA FRANCOPHONIE  
4 PLACE SAINT-JACQUES, 25000 BESANÇON  
[DRI@UNIV-FCOMTE.FR](mailto:DRI@UNIV-FCOMTE.FR)

**UFC**  
UNIVERSITÉ  
DE FRANCHE-COMTÉ

DIRECTION  
DES RELATIONS  
INTERNATIONALES  
ET DE LA  
FRANCOPHONIE

ORIENTATION  
STAGE  
EMPLOI



**agitateursdemobilite.fr**

La plateforme de la mobilité internationale Bourgogne-Franche-Comté

**Le guide d'informations**

## PARTIR À L'ÉTRANGER

Conseils pratiques

édition 2017-2018



Ce projet et son évaluation sont soutenus par le Fonds d'expérimentation pour la jeunesse, mis en oeuvre par le Ministère chargé de la jeunesse»







## Alors, on y va ?!

Tu es intéressé(e) par l'international ?

Tu aimerais partir à l'étranger ?

L'association des étudiants internationaux **ESN Besançon**  
**donne le ton !**

Si tu lis cette partie, c'est probablement que tu réfléchis à faire un séjour à l'étranger ou que tu as même peut-être déjà pris ta décision !

Participer à un programme d'échanges, faire un stage ou même travailler à l'étranger ne s'improvise pas. Il y a plein de choses auxquelles il faut penser !

Cette partie du guide t'aidera donc à faire un tour d'horizon des choses à penser et à préparer pour partir serein(e). Il faudra, entre autre, penser au transport, à ton hébergement, mais également à comment gérer ton budget...

# SOMMAIRE

|  |           |
|--|-----------|
| <b>1 . Check-list générale</b> .....                                     | <b>4</b>  |
| <b>2 . Check-list des indispensables<br/>à mettre dans son sac</b> ..... | <b>7</b>  |
| <b>3 . Un fois sur place</b> .....                                       | <b>8</b>  |
| Compte bancaire .....  | 8         |
| Téléphone .....  | 8         |
| Transport.....   | 9         |
| <b>4 . Conseils</b> .....  | <b>10</b> |
| Gérer son budget .....   | 10        |
| Préparation linguistique .....   | 11        |
| <b>5 . Home Sweet Home</b> .....   | <b>12</b> |
| Stay connected .....   | 12        |
| Logement .....   | 12        |
| Études .....   | 12        |
| Jobs .....   | 13        |
| Valorise ton expérience .....  | 13        |



## Témoignages... c'est du vécu !

Dans cette partie tu trouveras des témoignages de bourguignons et de francs-comtois qui sont déjà partis à l'étranger, avec des programmes et à des endroits différents. N'hésite pas à les lire pour t'immerger dans leurs séjours et découvrir la mobilité grâce à divers points de vue.

### ► POURSUIS L'AVENTURE ICI !

## ESN BESANCON

Erasmus Student Network (ESN) est un réseau d'associations facilitant l'intégration des étudiants internationaux : [www.esn.org](http://www.esn.org)

À Besançon, ESN permet aux étudiants internationaux de mieux s'intégrer dans leur vie universitaire et dans leur vie quotidienne. De **nombreuses activités** sont organisées par l'équipe de bénévoles : **Apéro-cultures, soirées à thème** au Campus, **sorties en Franche-Comté** et **voyages** dans toute la France, **parrainage** en début d'année, actions «**Social Erasmus**» d'engagement...

Tu pourrais aider celles et ceux qui débarquent, comme tu l'as fait, dans un pays inconnu, te rendre utile et découvrir la vie associative !



### ► REJOINS-NOUS : DEVIENS ADHÉRENT BÉNÉVOLE !

L'association **ESN Besançon** fonctionne en grande partie grâce à l'action des bénévoles. Pour nous rejoindre et passer ainsi plein de bons moments avec les étudiants internationaux, nul besoin d'être un sur homme, ni d'avoir beaucoup de temps libre.

Tu peux donner des **coups de mains, partager des connaissances, des compétences, des expériences...**

[www.erasmus-besancon.com](http://www.erasmus-besancon.com)  
[info@erasmus-besancon.com](mailto:info@erasmus-besancon.com)  
Page Facebook : ESN Besançon

### ► C'EST DU VÉCU

Après être revenue de son stage en Angleterre, Léa a rejoint ESN Besançon :

« Durant mon stage, j'ai compris les difficultés de s'intégrer dans un nouveau pays lorsqu'on ne connaît personne. Ainsi, quand je suis revenue en France, j'ai voulu m'investir pour aider les étudiants internationaux qui arrivaient à Besançon, leur faire découvrir notre région et notre pays, pour que leur séjour ici devienne inoubliable, comme le mien l'avait été. J'ai ainsi pu échanger et accompagner des étudiants venant de tous pays et garder l'esprit international que j'avais découvert à l'étranger. L'associatif m'a également apporté beaucoup au niveau personnel et pour mon futur professionnel, autant dans la communication avec d'autres bénévoles et les étudiants, dans l'organisation et la gestion d'événements et dans l'animation. C'est une expérience que je peux aujourd'hui valoriser dans mon CV et dans mes entretiens et qui est très appréciée. »

# 1 Check-list générale d'avant départ

- ✓ Renseigne-toi sur les organismes de ton lieu de résidence ou spécialisés qui t'aideront à partir.
- ✓ Contacte les personnes qui t'accueilleront sur place. Tu pourras ainsi t'inscrire et effectuer toutes les démarches administratives nécessaires avant ton départ.
- ✓ Procure-toi tous les documents nécessaires à ton départ (convention/contrat). Ces documents sont fournis par ton établissement de formation (lycée, école, université...) ou la Région (pour les jeunes diplômés et demandeurs d'emploi). Ils doivent être signés par chacune des parties (structure d'accueil, stagiaire, responsable de l'établissement de formation ou Région).
- ✓ Vérifie les conditions d'entrée/séjour dans un pays étranger par l'intermédiaire de ton établissement ou directement auprès du Ministère des Affaires étrangères et du Développement international ou des ambassades concernées : visa, vaccins, permis de travail dans le cadre d'un stage ou d'un emploi, permis d'études...
- ✓ Pense à l'inscription consulaire. Cette démarche est gratuite, volontaire et non obligatoire et peut s'avérer très utile par exemple pour obtenir un renouvellement de passeport ou dans le cas de la mise en place d'un plan de sécurité dans le pays.  
[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) > services aux citoyens  
<http://pastel.diplomatie.gouv.fr/fildariane>
- ✓ Si tu pars en Europe, procure-toi la carte européenne d'assurance maladie (CEAM) pour bénéficier de soins médicaux sans avancer d'argent. [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

**Attention ! Il faut environ 2 semaines entre la demande et l'obtention.**



**Conseil :** N'hésite pas à interroger ton entreprise, administration, association... sur tes conditions de stage/d'emploi : demande la nature exacte des tâches que tu devras accomplir, le nombre d'heures travaillées... Rien ne doit être laissé au hasard et tout doit être transparent avant même ton départ !



Florian a vécu 9 mois en échange à Varsovie en participant au programme Erasmus lors de sa 3<sup>e</sup> année de licence AES (Administration Économique et Sociale).

« Une fois le choc culturel passé, j'ai pu vivre cette année intensément. Rencontrer des jeunes du monde entier m'a permis de constater que nous sommes tous citoyens d'Europe, citoyens du monde et que même si des différences culturelles existent, il est toujours possible d'échanger. J'ai aussi pu m'immerger dans la culture polonaise en liant des liens avec des autochtones, en apprenant la langue ainsi qu'en étant bénévole dans une association de Varsovie. Outre l'amélioration de mon anglais et de mon polonais, mes cours ont été très intéressants et ce séjour m'a apporté une formidable ouverture d'esprit. »

Si tu pars hors Europe prends contact avec ta caisse d'assurance maladie pour voir s'il sera possible de te faire rembourser tes frais de santé ou s'il te faudra prendre une assurance santé privée.

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

N'oublie pas non plus de prendre contact avec ta mutuelle, de vérifier que tu es bien couvert à l'étranger de façon à pouvoir te faire rembourser tes consultations et autres achats de médicaments.

- ✔ Renseigne-toi auprès de ton assureur (compagnie d'assurances ou banque) pour savoir s'il faut souscrire des compléments à tes contrats afin d'être assuré correctement à l'étranger, et avoir notamment une couverture responsabilité civile.
- ✔ Si tu pars hors Europe, vérifie si ton pays d'accueil considère que le permis de conduire français suffit ou si tu dois demander un permis international (gratuit) auprès de la Préfecture ou Sous-préfecture de ton département.
- ✔ Si tu pars hors de la zone euro, pense bien à convertir un peu d'argent en devises étrangères avant de partir. Cela te sera utile pour ton arrivée.
- ✔ Renseigne-toi auprès de ta banque pour connaître les modalités de paiement dans le pays où tu te rends. Ils pourront te conseiller et te proposer des offres adaptées (attention aux plafonds de retrait de ta carte, aux frais de change...).  
[www.lesclesdelabanque.com](http://www.lesclesdelabanque.com) > [mes moyens de paiement](#) > [les paiements à l'étranger](#)

- ✔ Il est important de réfléchir en amont à comment te loger quand tu seras sur place. N'hésite pas à demander des renseignements à ton université, à ta structure d'accueil ou à ton entreprise, à demander autour de toi (il peut y avoir des colocations disponibles), à regarder sur des sites type « Le Bon Coin » ou les réseaux d'expatriés et auprès des auberges de jeunesse...

Essaye aussi de rentrer en contact avec des anciens qui ont déjà vécu au même endroit ou qui le sont actuellement, ils pourront te donner leurs plans.

### Voici des sites qui peuvent t'aider dans ta recherche :



- Échanges de logement : [www.casaswap.com](http://www.casaswap.com)
- Chez l'habitant : [www.couchsurfing.com](http://www.couchsurfing.com) et [www.airbnb.com](http://www.airbnb.com)
- Quelques sites supplémentaires sur : [www.agitateursdemobilite.fr](http://www.agitateursdemobilite.fr)

Pour une arrivée sereine, pense à avoir un endroit où dormir dès ton premier jour comme une auberge de jeunesse par exemple ([www.fuaj.org](http://www.fuaj.org) et [www.hihostels.com/fr](http://www.hihostels.com/fr)).

- ✔ Vérifie la date de fin de validité de tes papiers d'identité et de ta carte bleue.
- ✔ Achète rapidement tes billets d'avion, de train, de bus, de bateau... Les tarifs sont avantageux lorsque l'on s'y prend longtemps à l'avance. Voir partie 3 : "Une fois sur place".
- ✔ Tu peux aussi rencontrer dans ta ville d'anciens étudiants, stagiaires, volontaires, ... qui ont vécu une expérience similaire à celle que tu vas vivre : ils pourront t'aider et te rassurer sur de nombreux points. Pour rencontrer des anciens, tu peux t'aider de la plateforme [www.agitateursdemobilite.fr](http://www.agitateursdemobilite.fr) > [partage d'expériences](#) et te renseigner auprès d'organismes/d'associations qui sont en lien avec les échanges, pour qu'ils te mettent en contact.

Renseigne-toi sur ton pays, ta ville d'accueil. C'est toujours mieux d'avoir des informations en amont, tu te sentiras moins dépaysé en arrivant !



**Conseil :** Sois vigilant au niveau des démarches, des cautions... et surtout attention aux arnaques ! Il existe beaucoup d'arnaqueurs sur internet, fais attention à ne pas donner de renseignements privés (bancaires, identité...) sur des sites qui ne sont pas sécurisés. L'idéal serait de ne pas avoir à avancer d'argent et payer seulement une fois arrivé sur place.



Maguelonne a vécu 8 mois à Limerick, en Irlande, par le biais du programme DUCIS.

« Après un DUT en communication, j'ai décidé de faire un Diplôme d'Université en Communication Internationale spécialisée à l'université de Limerick en Irlande. J'ai donc suivi des cours de communication, de culture des médias et j'ai même appris un peu d'irlandais ! J'habitais en colocation avec 7 autres étudiants internationaux et c'était incroyable. Cette année m'a permis de me faire des amis tout autour du monde, de découvrir un magnifique pays, de perfectionner mon anglais et de compléter ma formation en communication. »

## 2 Check-list des indispensables à mettre dans son sac


- ✓ Ta **carte d'identité** ou ton **passport** en cours de validité (pour une destination hors Europe, le passeport est en général obligatoire) ; si tu es **mineur** et que tu voyages seul ton autorisation de sortie du territoire (à nouveau obligatoire depuis le 15/01/2017).
- ✓ Ta **carte européenne d'assurance maladie**. Si tu pars hors Europe, renseigne-toi auprès de ta caisse d'assurance maladie.
- ✓ Ton **permis de conduire** et ton permis international (si nécessaire).
- ✓ Ton **carnet de santé**, ta carte de groupe sanguin et tout document lié à ta santé.
- ✓ Ta **carte bancaire** et de la **monnaie** dans la devise du pays.
- ✓ Un **petit guide** ou un **plan** de la ville où tu te rends.
- ✓ Un **petit dictionnaire** ou une **application de traduction** pour t'aider si tu pars dans un pays non francophone.
- ✓ Ton **téléphone** pour rester en lien avec la France, prendre contact sur place et utiliser certaines applications qui pourraient t'être très utiles à l'étranger (appareil photo, cartes interactives, réseaux sociaux...).
- ✓ Un **appareil photo** pour capturer le maximum de souvenirs (ton téléphone peut aussi faire l'affaire).



Léa a vécu 5 mois en Angleterre, à Guildford, dans le cadre d'un stage lors de sa deuxième année de DUT Chimie.

« J'ai directement voulu saisir l'opportunité de mon stage pour partir à l'étranger et plus particulièrement dans un pays anglophone. J'ai donc réalisé mon stage dans une université où j'ai pu rencontrer et échanger avec des personnes de tous les horizons d'Europe et d'ailleurs et améliorer considérablement mon anglais écrit et oral. C'était une expérience extraordinaire qui m'a permis de vivre telle une vraie anglaise, de découvrir différents modes de vie mais aussi de voir que nous faisons tous la fête pareil. Ce séjour m'a fait beaucoup évoluer et aujourd'hui je ne me vois pas sans l'aspect international dans ma vie, car celui-ci est d'une richesse incroyable. »


## 3 Une fois sur place

 **Compte bancaire** : il est conseillé d'ouvrir un compte bancaire sur place afin d'avoir une carte de crédit ou un chéquier (pratique pour le loyer), d'obtenir ton salaire si tu trouves un job...

Des informations pratiques pour la plupart des pays (ouverture d'un compte...) sont disponibles sur :

[www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) > [vie pratique](#) > [coût de la vie de chaque pays](#).

Souvent, les banques locales effectuent des opérations spéciales pour les étudiants internationaux, avec des offres à la clé : ouvre l'œil !

 **Téléphone** : renseigne-toi auprès des opérateurs locaux, il existe beaucoup d'offres abordables pour de courtes ou longues durées.

Pense aussi à Whatsapp, Messenger (Facebook) et Skype : les outils indispensables pour rester en contact avec la France et gratuits si tu as accès au WiFi.



**Conseil** : Fais attention d'avoir un compte bancaire avec assez d'argent pour ne pas te retrouver sans rien. Certains pays (Australie, États-Unis, Nouvelle-Zélande...) peuvent même exiger d'avoir un compte bien remboursé.



**Transport :**

Va à la pêche aux infos sur les tarifs des transports de ta ville d'accueil... Il existera sûrement des abonnements ou réductions pour toi.

Pour tes voyages depuis la France ou à l'étranger, tu peux aller sur plusieurs sites.



**Train :** [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com), pour les réductions, pense à la carte 12-27.



**Avion :** pense aux plans low cost comme Easyjet, Ryanair, Iberia... avec Airfrance tu peux bénéficier d'avantages avec les tarifs évasions jeunes en Europe pour les moins de 25 ans.



**Bus :** [www.eurolines.fr](http://www.eurolines.fr) - [www.flixbus.com](http://www.flixbus.com) - [www.ouibus.com](http://www.ouibus.com) - [www.busradar.fr](http://www.busradar.fr) (comparateur de bus en France et en Europe).



**Taxis :** il existe des "taxis" low cost dans certaines villes :  
[www.uber.com](http://www.uber.com) - [www.heetch.com](http://www.heetch.com)



**Covoiturage :** [www.covoiturage-libre.fr](http://www.covoiturage-libre.fr) - [www.blablacar.com](http://www.blablacar.com)



**Conseils :** Pense à scanner tous tes papiers avant le départ et envoie-les sur ta boîte mail.

Pense à emmener ta carte étudiante française, elle peut te permettre d'avoir des réductions sur place. Tu peux aussi avoir une carte étudiant internationale, [www.isic.fr](http://www.isic.fr) ou une carte jeune internationale si tu as moins de 30 ans, [carteiytc.fr](http://carteiytc.fr).

## 4 Conseils

### € Gérer son budget

Tu es prêt à partir ? Super ! Bon maintenant on va parler budget.

Gérer son budget à l'étranger ou en France ce n'est pas très différent, mais pense aux imprévus ! Pour commencer, on te conseille de prévoir suffisamment d'argent liquide avant le départ afin de ne pas te trouver coincé sur place. Pense également à partir avec la bonne devise (pour éviter par exemple de te retrouver avec des dollars en Italie !). Ensuite, pense à ouvrir un compte rapidement sur place pour pouvoir disposer d'argent sécurisé.

Au départ, il peut y avoir beaucoup de petites dépenses auxquelles on ne pense pas forcément : abonnement internet, produits d'entretien, vaisselle, livres pour les cours, couette et oreiller... Pense aussi à tes déplacements, pour visiter le pays ou rentrer en France pendant les vacances.

Essaie de bien planifier toutes tes dépenses à l'avance en fonction de tes rentrées d'argent. En effet, certaines bourses seront versées en totalité au début du séjour, ce qui permet de couvrir tes frais d'installation par exemple.



Jessica a vécu 10 mois dans un petit village du nom de Traben-Trarbach, en Allemagne, où elle a réalisé un service volontaire dans un lycée avec des élèves de 10 à 20 ans.

« Le volontariat franco-allemand m'a permis de partir directement après le bac sans avoir étudié. J'ai pu organiser des projets culturels et les suivre de A à Z, donner des cours de dessin à des enfants et apprendre le français à des étudiants de mon âge pendant que j'apprenais moi-même l'allemand. J'ai aussi rencontré beaucoup de personnes qui m'ont présenté leur culture, ça a été une expérience très enrichissante. Et j'ai eu le temps de réfléchir à ce que je voulais faire après le lycée, cette année m'a beaucoup apporté, autant personnellement que professionnellement. »

## 📍 Préparation linguistique

Si tu souhaites perfectionner ton niveau de langue avant de partir dans un pays non francophone, différents organismes peuvent te proposer des stages de langues étrangères ou des préparations spécifiques. Adresse-toi à un centre, bureau ou point Information jeunesse pour les connaître.

## ✖ Mets toutes les chances de ton côté !

Pour te préparer au départ, tu peux aussi profiter des activités proposées par les associations ESN de ta ville (ESN Besançon, ESN Belfort-Montbéliard, InsiDijon).

Ces associations proposent des voyages, des sorties culturelles, des soirées... pour les étudiants internationaux. Tu pourras ainsi rencontrer des jeunes qui ont fait, comme toi, le choix d'effectuer une mobilité internationale. Avec un peu de chance, tu pourras même rencontrer quelqu'un de la ville où tu te rends ! C'est une bonne opportunité pour poser des questions, pratiquer des langues, faire de nouvelles connaissances...

N'hésite pas à les contacter ou à te connecter à leur page facebook.



**Conseil :** Si tu veux bien profiter de ton séjour, pense à prévoir un budget sorties et soirées.



Estelle a passé 10 mois à Alicante, en Espagne, avec le programme Erasmus durant sa troisième année de médecine, où elle a suivi des cours et réalisé des stages.

« On peut partir en Erasmus même en médecine ! J'ai trouvé que le programme était en adéquation avec mes études car les deux regroupent l'ouverture d'esprit et la découverte d'un nouvel environnement et de nouvelles personnes. J'ai beaucoup aimé faire des stages dans des hôpitaux espagnols où j'ai vu un autre système et une autre approche de la médecine, ce qui est donc très bénéfique pour la suite. Cette expérience m'a fait grandir professionnellement et personnellement aussi. J'ai rencontré des jeunes de plein d'horizons différents, passé de super moments et encore aujourd'hui cette expérience me permet de voyager. »

# 5 Home sweet home

Comme un départ... le retour, ça se prépare !

## 🔗 Rester connecté

Tout au long de ton séjour, reste connecté avec ta famille, tes enseignants, tes amis, tes collègues... par les réseaux sociaux. Tu peux aussi tenir un blog et partager ainsi quelques moments de ta vie à l'étranger, poster tes photos, cartes postales et vidéos pour témoigner, partager tes bons plans avec des jeunes qui sont en partance pour le même pays ou même devenir « ambassadeur de la mobilité internationale » via la plateforme [www.agitateursdemobilite.fr](http://www.agitateursdemobilite.fr).

## 🏠 Logement

La recherche d'un logement sera l'une de tes priorités pour ton retour en France. N'attends pas la dernière minute ; recherche sur internet ou demande à des amis de se renseigner pour toi...

## 🎓 Études

Si tu continues tes études ou si tu te réorientes, il faut faire les démarches à l'avance. Même si tu es à l'étranger, il faut y penser... Si tu es boursier, tu peux te connecter au portail national de la vie étudiante pour ta bourse ([www.messervices.etudiant.gouv.fr](http://www.messervices.etudiant.gouv.fr)).



Laura a réalisé plusieurs séjours linguistiques internationaux au Royaume-Uni en tant que participante puis en tant qu'animatrice après avoir obtenu son BAFA.

« Je fais des séjours linguistiques depuis mes 13 ans et aujourd'hui je les anime. Pour en tirer un maximum de bénéfiques, il vaut mieux les faire seul, ce qui oblige à vaincre sa timidité et aller vers les autres, mais surtout à passer la fameuse "barrière de la langue" lorsque l'on est à l'étranger. Que ce soit en tant qu'étudiante ou animatrice, les séjours internationaux au Royaume-Uni m'ont permis de rencontrer des jeunes de tout âge et de tout horizon (de l'Espagne à la Chine !), de découvrir de nouvelles façons de penser (mais aussi de multiples façons de parler l'anglais !). Et parfois, quelques jours dans un pays pluvieux suffisent à créer des amitiés durables qui permettent de partir encore plus loin ! »

## Jobs

Si tu as besoin d'un job à la rentrée ou d'un job d'été, fais valoir ton expérience à l'étranger et démarre tes recherches dès le printemps... à moins que tu passes l'été dans ton pays d'accueil ou que tu t'y installes définitivement !

## Valorise ton expérience

Une expérience à l'étranger (stage, volontariat) est assimilable à une expérience professionnelle qui permet d'acquérir des compétences formelles et non formelles. Elles sont de plus en plus valorisées grâce à des outils et dispositifs, notamment en Europe. Tu te rendras vite compte que cette expérience te servira toute ta vie !

## Pense au modèle de CV Europass

Le modèle de CV "à l'européenne" peut notamment donner des idées pour valoriser ses aptitudes personnelles et sociales, situer son niveau de langue par rapport au Cadre européen commun de référence.

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

## Valide ton niveau de langue

Tu peux passer des tests de langue pour faire reconnaître tes progrès : TOEIC, TOEFL, BULATS... sont des certifications standardisées, reconnues mondialement, permettant de déterminer avec précision le niveau de langue des locuteurs non-natifs tant au niveau de l'écrit que de l'oral.

Plus d'infos sur [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com) et [www.ijbourgogne.com](http://www.ijbourgogne.com)



Annabelle a vécu 3 mois en Italie, à Florence dans le cadre d'un Service Volontaire Européen.

« Je ne connaissais pas un mot d'italien avant d'y aller, mais en un mois je savais les fondamentaux. On nous a offert quelques cours et cette langue chantante est très proche du français. Mais le plus important pour moi ce fut les autres volontaires. J'ai passé trois mois en colocation avec trois Espagnoles et une Slovène, et ça c'était génial. Vivre en coloc' ça peut vite devenir délicat, surtout que la différence culturelle amène parfois à des quiproquos. Je suis d'une nature très sensible et n'aime pas les conflits. Mais cette expérience humaine m'a appris à juger moins hâtivement autrui et à comprendre que nous pouvions tous nous respecter. »

## Le bilan de compétences

Tes expériences à l'étranger te permettent d'acquérir des compétences supplémentaires qui affineront ton projet professionnel et te définiront plus précisément. Tu peux rencontrer un conseiller en insertion pour t'aider à faire le point et valoriser tes acquis.

Adresses sur [www.jeunes-fc.com](http://www.jeunes-fc.com) et [www.ijbourgogne.com](http://www.ijbourgogne.com).

## Le supplément au diplôme

Il peut te permettre d'intégrer ton expérience à l'étranger à ton futur diplôme.

## Engagement

Si tu as vécu une expérience de solidarité internationale, tu peux faire vivre ton engagement à ton retour.

Au retour d'une expérience en solidarité internationale, le regard que chacun porte sur son parcours et sur le monde qui nous entoure est souvent différent, surtout suite à une immersion dans un pays et une culture, vivant et travaillant au développement des conditions de vie locales et au plus près de la population. Le désir de poursuivre une activité solidaire au retour pour concrétiser ses convictions peut être fort et mérite d'être encouragé. Il existe de nombreuses façons de valoriser une telle expérience stimulante et enrichissante de solidarité et de poursuivre son engagement.

On peut parfois être plus utile en agissant près de chez soi, auprès des personnes qui en ont besoin et/ou en se mobilisant en faveur d'une prise de conscience et de politiques globales plus justes : tu peux donner de ton temps à une association ou ONG, relayer des campagnes de sensibilisation du grand public ou participer à des plaidoyers internationaux, à l'occasion de forums ou manifestations (ex : Semaine de la solidarité internationale, Campagne Alimenterre...).

### Informations locales :

[www.bourgognecooperation.org](http://www.bourgognecooperation.org)  
[www.bfc-international.org](http://www.bfc-international.org)  
[www.recidev.org](http://www.recidev.org)

### Autres ressources utiles :

[www.coordinationsud.org](http://www.coordinationsud.org)  
[www.portail-humanitaire.org](http://www.portail-humanitaire.org)  
[www.ritimo.org](http://www.ritimo.org)  
[www.solidaire-info.org](http://www.solidaire-info.org)



Suzanne a passé 6 mois à Valence, en Espagne, grâce au programme Eurodyssée.

« À la fin de mes études j'ai voulu me professionnaliser davantage avec un stage et Eurodyssée m'a semblé être le programme le plus adapté à mes envies. J'avais déjà vécu en Espagne pendant mes études, mais travailler dans une entreprise espagnole permet de s'intégrer pleinement dans la culture locale. Le premier mois, tous les stagiaires vivent ensemble et nous avons des cours de langue par niveau, ce qui permet à tous d'avoir une bonne base quand le stage commence. Les différences culturelles dans le monde du travail ne sont pas toujours faciles à vivre, mais il faut apprendre à les surpasser et n'en tirer que le meilleur. »

## Tu sais que tu as vécu à l'étranger quand...

- ★ Tu te retrouves en manque de scones, haloumi, kannelbullar, chipirones... ou n'importe quelle autre spécialité culinaire dont ton entourage n'a jamais entendu parler.
- ★ Il t'est déjà arrivé de partir à l'autre bout de ton pays d'adoption pendant un week-end sur un coup de tête.
- ★ Tu as déjà répondu oui ou non à une question que tu n'avais absolument pas comprise.
- ★ On a déjà fait référence à toi en t'appelant « frenchie ».
- ★ Tu as des amis de plus de 5 nationalités différentes.
- ★ Tu as déjà cuisiné une tartiflette, une ratatouille, des crêpes ou une mousse au chocolat pour un "international dinner"
- ★ Tu sais trinquer et dire un paquet d'insultes dans au moins 5 langues
- ★ Tu as déjà fait écouter des chansons françaises des années 90 à d'autres étudiants internationaux en disant que c'était super bien..
- ★ Tu peux loger gratuitement chez des amis dans une bonne dizaine de pays pour les 10 prochaines années

...A toi de compléter la liste !

**NOTES :**

