



VIVRE UNE EXPÉRIENCE  
À L'ÉTRANGER



AVANT 18 ANS



Label  
Information  
Jeunesse

■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

**eurodesk**  
France

PORTAIL EUROPÉEN  
DE LA JEUNESSE



Financé par  
l'Union européenne

**infojeunes**  
Explorer les possibles




Partir à l'étranger avant 18 ans, c'est possible !	2
Faire une scolarité à l'étranger	3
Faire un stage à l'étranger	5
Partir hors scolarité	6
La check list pour préparer son départ	7
Où vous informer ?	8

## PARTIR À L'ÉTRANGER AVANT 18 ANS,

**C'EST POSSIBLE !**

### PRÊT À PARTIR ?

Partir à l'étranger, c'est l'opportunité de découvrir de nouveaux horizons, de nouvelles cultures et personnes. C'est sortir de sa zone de confort : sa famille, ses amis, sa ville. C'est l'occasion de découvrir le monde qui vous entoure... et vous-même. Si la nouveauté crée de l'enthousiasme au début, elle peut aussi entraîner de l'angoisse, le sentiment de solitude ou le mal du pays. Il est donc important d'être bien préparé pour vous adapter plus facilement au changement et profiter pleinement de votre séjour.

 **Guide Eurodesk « Time to mind » : [www.cidj.com/eurodesk](http://www.cidj.com/eurodesk)**

#### Petit test :

- Je suis curieux, j'accepte les différences
- Je peux me passer de ma famille, de mes amis quelques semaines
- Je m'adapte facilement à de nouvelles situations
- Je demande de l'aide en cas de difficultés

► **Vous êtes prêt ? Go !**

► **Pas tout à fait prêt à partir ?**

**Commencez par vivre une expérience internationale en France !** Séjour linguistique en France, colo apprenante, échanges de jeunes, chantiers de jeunes bénévoles internationaux.

[www.jeunes.gouv.fr](http://www.jeunes.gouv.fr) - [www.cidj.com](http://www.cidj.com)



« Mon volontariat était à côté de Rome. (...) Nous avons souvent une appréhension avant le premier chantier. Pour ma part j'avais peur de me perdre dans Rome ou dans l'énorme gare. Tout s'est très bien passé. J'en ressors plus mûr. Aujourd'hui, j'ai moins peur de sortir seul dans des grosses villes. Toutes les craintes se surmontent ! »

#### ZIAN, 17 ANS

Volontaire en chantier adolescents en Italie avec l'association Solidarités Jeunesses.

[www.solidaritesjeunesses.org/temoignages](http://www.solidaritesjeunesses.org/temoignages)



## DANS LE CADRE DE PROGRAMMES DE MOBILITÉ

### UNE ANNÉE DANS UN LYCÉE FRANÇAIS À L'ÉTRANGER

**Élève de 1<sup>ère</sup> ou en terminale**, vous pouvez bénéficier d'une bourse de mobilité pour étudier dans un lycée français à Dublin, Vienne, Munich, Barcelone ou Madrid. Hébergement en famille d'accueil ou en internat. Se renseigner dès la 2<sup>d</sup>e.

[www.eduscol.education.fr](http://www.eduscol.education.fr)

### LES ÉCHANGES SCOLAIRES ERASMUS+

**De la maternelle au lycée**, le programme Erasmus+ permet des échanges en classe et de se rencontrer lors d'une mobilité de 2 jours à 1 an.

€ Aide supplémentaire « inclusion » et/ou « transition écologique ».

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

### UNE SCOLARITÉ EN ALLEMAGNE 🇩🇪

**Pour les collégiens et les lycéens**, l'Office franco-allemand pour la jeunesse soutient des programmes individuels d'échange scolaire : Brigitte Sauzay et Voltaire.

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

## HORS PROGRAMMES DE MOBILITÉ

### UN CURSUS EN ÉTABLISSEMENT ÉTRANGER

S'inscrire en solo en tant que **collégien ou lycéen** nécessite de s'informer sur le système éducatif du pays choisi, de trouver un établissement et de faire toutes les démarches d'admission. Les modalités et coûts d'inscription diffèrent selon les établissements, c'est souvent plus cher qu'en France. Informez-vous un an à l'avance en consultant le site de l'ambassade du pays.

[www.euroguidance-france.org](http://www.euroguidance-france.org)  
<https://world-schools.com>

Évaluez vos compétences linguistiques.  
CECR : [www.coe.int/fr](http://www.coe.int/fr)

## DES ÉTUDES SPORTIVES FINANCÉES AUX ÉTATS-UNIS

Vous êtes âgé de **17 à 24 ans** et vous avez un niveau sportif régional, pourquoi ne pas candidater à une bourse athlétique américaine ?

<https://fulbright-france.org>

## UNE SCOLARITÉ PROFESSIONNELLE AU QUÉBEC

Avec Québec Métiers d'Avenir, il est possible de suivre l'une des 100 formations professionnelles, **dès l'âge de 17 ans**.

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

## UN TRIMESTRE OU UNE ANNÉE À L'ÉTRANGER AVEC UN ORGANISME DE SÉJOUR LINGUISTIQUE

De **13 à 19 ans** en bénéficiant d'un hébergement dans une famille d'accueil. La scolarité est adaptée à l'âge, dans un établissement secondaire. Ces séjours ne permettent pas d'obtenir l'équivalence du baccalauréat français. Le coût diffère selon la destination et la durée du séjour : Entre 8 000 € (pays européens) et 18 000 € et plus (Pays hors UE).

Il vous appartient de choisir l'organisme qui vous convient parmi les organismes agréés : [www.loffice.org](http://www.loffice.org) - [www.unosel.org](http://www.unosel.org) ou des organismes certifiés AFNOR.

### **Bourses AFS Vivre sans frontière**

Financement partiel d'une scolarité ou d'un séjour à l'étranger.

<https://afs.fr>



## RECONNAISSANCE D'UNE SCOLARITÉ EFFECTUÉE À L'ÉTRANGER

Seules les mobilités effectuées dans le cadre des programmes de mobilité Erasmus+ et de l'OFAJ sont reconnues au baccalauréat par la « mention mobilité scolaire européenne et internationale ».

[www.education.gouv.fr/  
la-mobilite-des-eleves-3191](http://www.education.gouv.fr/la-mobilite-des-eleves-3191)

Pour obtenir un double diplôme, choisir une section binationale :

<https://eduscol.education.fr>



# FAIRE UN STAGE À L'ÉTRANGER

## DANS LE CADRE D'UNE FORMATION PROFESSIONNELLE

### ERASMUS+ POUR LES JEUNES EN FORMATION PROFESSIONNELLE

**Dès 15 ans**, en formation professionnelle ou en alternance, il est possible de partir jusqu'à 12 mois en stage à l'étranger en bénéficiant d'une bourse mensuelle. Utile pour trouver votre stage, le miniguide de la mobilité internationale pour les apprentis : <https://euroappmobility.eu>

€ Aide supplémentaire « inclusion » et/ou « transition écologique ».  
[www.agence.erasmusplus.fr](http://www.agence.erasmusplus.fr)

#### 💡 Stage à l'étranger dès la seconde

Les élèves de l'enseignement général et technologique qui effectuent une mobilité à l'étranger d'au moins 2 semaines en classe de seconde ou d'au moins 4 semaines en classe de première peuvent être dispensés du stage d'observation. [www.legifrance.gouv.fr](http://www.legifrance.gouv.fr)

### ERASMUS+ POUR LES JEUNES DEMANDEURS D'EMPLOI

**Dès 16 ans**, il est possible de partir jusqu'à 12 mois en stage en Europe avec une prise en charge du séjour. Renseignez-vous auprès de votre conseiller de France travail ou de votre mission locale.

[www.francetravail.fr/international](http://www.francetravail.fr/international)  
[www.agence.erasmusplus.fr](http://www.agence.erasmusplus.fr)

### TOUR DE FRANCE DES COMPAGNONS DU DEVOIR

La « Prépa Tour de France » en alternance permet aux jeunes Compagnons de **moins de 25 ans** d'inclure une période d'un an à l'étranger avec une bourse Erasmus+.

[www.compagnons-du-devoir.com](http://www.compagnons-du-devoir.com)

### PRO TANDEM POUR LES JEUNES EN FORMATION PROFESSIONNELLE 🇫🇷

**Dès 15 ans**, un élève de lycée professionnel/technologique ou apprenti dans un CFA peut faire un stage de 2 semaines minimum grâce à l'agence Pro Tandem qui subventionne et coordonne des échanges franco-allemands.

<https://protandem.org>

### HORS CADRE DE FORMATION PROFESSIONNELLE

La notion de stage diffère d'un pays à l'autre, les entreprises n'exigent pas toujours de convention de stage et rémunèrent rarement leur stagiaire. Réaliser un stage à l'étranger nécessite d'abord de connaître les conditions d'embauches des mineurs dans le pays d'accueil.

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

🔍 Guide Eurodesk « Faire un stage à l'étranger » [www.cidj.com/eurodesk](http://www.cidj.com/eurodesk)



### VALORISEZ VOTRE EXPÉRIENCE À L'ÉTRANGER SUR UN CV

[www.aki-app.org](http://www.aki-app.org)  
<https://europass.europa.eu/fr>  
[www.youthpass.eu](http://www.youthpass.eu)





**PARTIR**

**HORS SCOLARITÉ**

## VACANCES EN IMMERSION LINGUISTIQUE



### LES SUMMER CAMP

**Enfants et adolescents** : il est possible d'améliorer un niveau de langue tout en s'amusant.

Il vous appartient de choisir l'organisme qui vous convient parmi les organismes agréés : [www.loffice.org](http://www.loffice.org) - [www.unosel.org](http://www.unosel.org) ou des organismes certifiés AFNOR.

## RENCONTRES ET ÉCHANGES DE JEUNES

### LES JUMELAGES

**Dès le collège**, vous pouvez participer à des échanges scolaires, sportifs, culturels, etc. Contactez le Comité de jumelage de votre ville.

### LES ÉCHANGES DE JEUNES ERASMUS+

**Dès 13 ans** ! Ces échanges sont financés par le programme Erasmus + et peuvent durer entre 5 et 21 jours. Ils vous permettent de rencontrer des jeunes de différents pays d'Europe. Ils sont organisés par une association, une collectivité locale ou par un groupe d'amis. [www.erasmus-plus-jeunesse.fr/cest-quoi/mobilite](http://www.erasmus-plus-jeunesse.fr/cest-quoi/mobilite)

## LES ÉCHANGES FRANCO-ALLEMANDS

**Dès l'enfance**, l'Office franco-allemand pour la jeunesse propose des rencontres extra scolaires sportives, culturelles, scientifiques et des échanges linguistiques. [www.ofaj.org](http://www.ofaj.org)

## BÉNÉVOLAT - PROJET



### LES CHANTIERS DE JEUNES BÉNÉVOLES INTERNATIONAUX

**Dès 14 ans** ! En France ou à l'étranger, c'est une expérience de projet collectif d'une durée de 2 à 3 semaines pendant les vacances, avec des jeunes du monde entier. Types d'activités : aménagement du territoire, archéologie, restauration du patrimoine, etc. Aucune formation n'est requise. Pas de rémunération mais un hébergement et une protection sociale. [www.cotravaux.org](http://www.cotravaux.org)

## LA BOURSE ZELLIDJA

**Pour les 16-20 ans**. Elle permet de financer un projet jusqu'à 900 €. Le thème est laissé au choix du candidat et le voyage, en solitaire, doit se dérouler sur un mois minimum. [www.zellidja.com](http://www.zellidja.com)

## AIDES AUX VACANCES

- ▶ Aide aux vacances des familles (AVF) de la Caisse d'allocations familiales : [www.caf.fr](http://www.caf.fr)
- ▶ Aides au départ de l'ANCV : [www.ancv.com](http://www.ancv.com)
- ▶ Dispositifs Jeunesse et Solidarité Internationale (JSI) et Ville, Vie, Vacances et Solidarité Internationale (VVV-SI) : Aide financière pour des projets collectifs de Solidarité Internationale. <https://france-volontaires.org>




# LA CHECK LIST POUR PRÉPARER VOTRE DÉPART

## ✓ PAPIERS

- ▶ **Carte d'identité** ou **passport** (hors Europe) en cours de validité.
- ▶ **Autorisation de sortie de territoire** (AST) : [www.service-public.fr](http://www.service-public.fr)
- ▶ Photocopie de la **pièce d'identité du parent** qui aura signé votre AST.
- ▶ **Autorisation électronique de voyage, visa d'études** ou **visa stagiaire** pour les pays hors UE : [www.diplomatie.gouv.fr](http://www.diplomatie.gouv.fr) > Dossiers pays

## ✓ SANTÉ

- ▶ **Carte d'assurance maladie (CEAM) en Europe** : [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)  
Gratuite et valable 2 ans, elle atteste vos droits à l'assurance maladie et couvre vos soins médicaux dans les pays de l'UE, en Islande, au Liechtenstein, en Norvège, en Suisse et au Royaume-Uni.
- ▶ **Assurance Santé et rapatriement hors UE** : [www.cleiss.fr](http://www.cleiss.fr) - [www.cfe.fr](http://www.cfe.fr)

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



## ✓ TRANSPORT

**Prenez en priorité le train**, si vous pouvez : [www.raileurope.com](http://www.raileurope.com) - [www.hourrail.voyage](http://www.hourrail.voyage)

Informez-vous sur les frais de réservations : [www.interrail.eu/fr/book-reservations](http://www.interrail.eu/fr/book-reservations)

Vous prenez l'avion ? Pensez à lire les conditions d'enregistrement, poids et dimensions des bagages car elles varient selon les compagnies.

[www.rome2rio.com](http://www.rome2rio.com) - [www.omio.fr](http://www.omio.fr)

## ✓ HÉBERGEMENT

Dans le cadre d'un séjour avec un organisme, vous bénéficiez d'un logement en famille d'accueil, en internat ou en logement collectif. Si vous organisez votre séjour :

Auberges de jeunesse : [www.hihostels.com](http://www.hihostels.com)

Chambres privées, partagées : [www.uniplaces.com](http://www.uniplaces.com)

Logement intergénérationnel entre jeunes et seniors en Europe :

<https://wesharewecare.eu>

## ✓ BUDGET, BANQUE, ARGENT

▶ **Budget** : [www.ou-et-quand.net](http://www.ou-et-quand.net)

▶ **Banque** : Cartes de débit internationales, cartes prépayées, compte et carte bancaire (dès 16 ans avec autorisation parentale). Contactez votre banque. Hors zone euro, la banque peut prélever des frais de change et des commissions de retrait et/ou de paiement.

▶ **Transfert d'argent** : Renseignez-vous sur les tarifs et la durée de transaction.

▶ **Cartes de réduction** : [www.cartejeunes.fr](http://www.cartejeunes.fr) - [www.isic.fr](http://www.isic.fr) 

 **Guide Eurodesk « Destination Europe et un peu plus loin... »** [www.cidj.com/eurodesk](http://www.cidj.com/eurodesk)

# OÙ VOUS INFORMER ?

## LES RESSOURCES EURODESK



**Vidéo Eurodesk** « Comment partir à l'étranger quand on est mineur ? »



@EurodeskFR



**Collection de guides Eurodesk** :

Faire un stage à l'étranger, Trouver un job à l'étranger, Destination Europe... et un peu plus loin.



**Expositions Eurodesk** : « L'Europe, c'est possible ! » et « Partir comme volontaire ».

► **Focus Eurodesk** sur les programmes européens.



**Podcast « Partir pour se découvrir »** : Témoignages de jeunes.

Découvrez toutes nos publications en scannant ce QR code :



## LE RÉSEAU eurodesk

**Eurodesk** est un réseau présent dans 36 pays européens, il est soutenu par la Commission européenne.

En France, Eurodesk s'appuie sur le réseau Info Jeunes avec le **Centre d'information et de documentation jeunesse** (CIDJ) comme coordinateur national à Paris, **et plus de 150 coordinateurs et référents** présents dans les structures Info Jeunes sur tout le territoire national.

[www.cidj.com/eurodesk](http://www.cidj.com/eurodesk)




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

Pour cela, notre réseau **informe et accompagne tous les jeunes** sur tous les types de projets à l'étranger (études, stages, emploi, volontariat...).

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



Vous avez une question ou besoin d'un conseil concernant votre projet à l'étranger ? Contactez-nous sur :

 [eurodesk@cidj.com](mailto:eurodesk@cidj.com)  
 [www.map.eurodesk.eu](http://www.map.eurodesk.eu)  
 @EurodeskFR

Nom et adresse de l'éditeur : CIDJ Paris 13<sup>ème</sup> – Coordination et rédaction : Claire Conlon et Valérie Montebault – Direction des éditions : Florence Devenne – Maquettiste et graphiste : Fanny Truchon – Imprimeur : DILA – N° ISBN : 978-2-84175-224-9 – Dépôt légal : novembre 2024