

**QUEL QUE SOIT
VOTRE PARCOURS,**

VOTRE AVENTURE EN EUROPE

**COMMENCE
ICI !**



eurodesk

Crédits :

Publié par Eurodesk Brussels Link (le CIDJ pour la version française)

Conception graphique : Juniper Borisova

Rédaction : Audrey Frith, Carmen Ruano Serna, Grazia Cannarsa et Teresa Manzanares Cegarra

Traduction en français : Claire Conlon et Sophie Girardeau

ISBN : 978-2-84175-242-3

Septembre 2026

**VOUS AVEZ
L'IMPRESSION D'ÊTRE
LIMITÉ DANS VOS CHOIX ?**

**NE LAISSEZ PAS
LES ALÉAS
DE LA VIE
VOUS EMPÊCHER
D'EXPLORER
LE MONDE !**

Erasmus+ et le Corps européen de solidarité sont des programmes européens. Ils sont faits pour vous et sont ouverts à tous. Découvrez comment bénéficier d'un **accompagnement personnalisé** pour saisir des opportunités de **travailler, étudier et faire du volontariat à l'étranger.**

DES OBSTACLES VOUS EMPÊCHENT DE PARTICIPER ?

Dans le cadre de sa stratégie d'inclusion, l'Union européenne a pour objectif d'accroître la diversité des participants à ses programmes pour les jeunes.

Vous pourriez
bénéficier d'un
accompagnement à
l'inclusion si vous
rencontrez des freins
pour accéder à des
opportunités.



Exemples d'obstacles

- **Difficultés financières :** vous venez d'une famille à faibles revenus, vous êtes au chômage, vous devez travailler pour subvenir à vos besoins ou vous dépendez de l'aide sociale.
- **Différences culturelles :** vous êtes réfugié ou demandeur d'asile, vous appartenez à une minorité nationale/ethnique, vous utilisez la langue des signes.
- **Isolement géographique :** vous vivez dans une zone rurale ou isolée avec un accès limité à l'éducation et aux opportunités.
- **Difficultés scolaires :** vous avez des difficultés d'apprentissage ou n'avez pas de diplômes reconnus.
- **Handicaps et problèmes de santé :** vous êtes en situation de handicap physique, mental, intellectuel ou sensoriel, vous avez une maladie chronique ou des problèmes de santé de longue durée.
- **Discriminations :** vous êtes victime de discrimination en raison de votre orientation sexuelle, votre identité de genre, votre origine ethnique, votre religion, vos convictions ou pour toute autre raison.

Un de ces obstacles vous donne l'impression que les programmes de l'UE ne sont pas faits pour vous ou vous empêche d'y participer ? **Il y a peut-être une solution pour les surmonter !**

QUELLES SONT LES AIDES POSSIBLES ?

L'accessibilité et l'inclusion sont des objectifs majeurs de tous les programmes de l'UE pour les jeunes. Votre participation est donc très attendue !

Pour que tout le monde puisse participer, l'UE accorde différents types d'aides complémentaires :

- **Frais de voyage :**

financement complémentaire pour couvrir les frais de voyage, en particulier pour les participants des régions éloignées ou défavorisées.

- **Frais d'hébergement :**

un financement complémentaire peut être accordé pour couvrir les frais d'hébergement des participants ayant des besoins particuliers, par exemple pour l'accessibilité.

- **Frais exceptionnels :**

aide financière pour l'achat de matériel spécialisé, accompagnement renforcé, soutien personnel, préparation interculturelle ou linguistique spécifique, etc. Ce ne sont que quelques exemples. Toutes les dépenses qui favorisent l'inclusion seront acceptées si elles sont clairement justifiées.

Au-delà du soutien financier, des mesures complémentaires permettent de soutenir la participation de tous les jeunes :

- **Options flexibles :**

Erasmus+ et le Corps européen de solidarité proposent diverses possibilités pour répondre à des besoins spécifiques, par exemple des séjours à l'étranger plus courts pour ceux qui, pour diverses raisons, ne peuvent pas s'absenter longtemps.

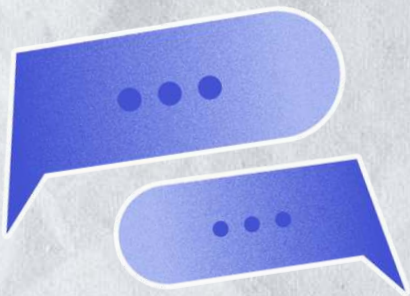
- **Soutien linguistique :**

cours de langue et accompagnement via un outil en ligne pour les participants ayant des compétences linguistiques limitées.

- **Information et soutien :**

contactez Eurodesk pour en savoir plus sur les opportunités à saisir !

En proposant différents types de soutien, Erasmus+ et le Corps européen de solidarité sont des programmes inclusifs qui permettent aux jeunes de tous horizons de réaliser pleinement leur potentiel.



DES ACTIONS TOUS FRAIS PAYÉS POUR VOUS...

Les projets de volontariat du Corps européen de solidarité et les échanges de jeunes Erasmus+ vous offrent la possibilité de participer à un projet à l'étranger « **tout compris** » ! Concrètement, cela signifie que vos frais de voyage, vos repas et votre hébergement seront couverts. **C'est idéal pour une première mobilité !**



CORPS EUROPÉEN DE SOLIDARITÉ PROJETS DE VOLONTARIAT

Le **Corps européen de solidarité** est un programme de l'UE qui soutient des actions de solidarité dans différents domaines.

Vous pouvez faire du volontariat à titre individuel (volontariat individuel) ou au sein d'un groupe de 10 à 40 volontaires d'au moins deux pays différents (volontariat collectif).



Âge :

de 18 à 30 ans



Destination :

États membres
de l'UE + pays
partenaires



Durée :

projet collectif
2 semaines à 2 mois

projet individuel
2 semaines à 12 mois



**Frais pris
en charge :**

transport et séjour,
argent de poche, assurance
complémentaire, services
d'accompagnement
(soutien linguistique et
formation) et frais liés à
des besoins spécifiques.

Pour commencer : inscrivez-
vous sur le Portail européen
de la jeunesse, consultez
les offres et postulez.



ERASMUS+ : ÉCHANGES DE JEUNES

Les **échanges de jeunes Erasmus+** rassemblent entre 16 et 60 jeunes d'au moins deux pays pour qu'ils puissent échanger et apprendre ensemble.

Objectif : mobiliser les jeunes et leur donner les moyens de devenir des citoyens actifs, de les rapprocher de l'Europe et de les aider à acquérir et à développer leurs compétences.



Âge :
de 13 à 30 ans



Destination :
États membres
de l'UE + pays
partenaires



Durée :
5 à 21 jours



**Frais pris
en charge :**
transports, frais
liés aux activités
prévues pendant
l'échange

Pour commencer : posez
votre candidature par
l'intermédiaire d'un
organisme ou en tant que
groupe de jeunes. Pour
trouver un organisme
participant adapté ou si
vous avez des questions,
contactez votre Agence
nationale Erasmus+.



COMMENT OBTENIR DE L'AIDE ?

Les organismes participant aux programmes Erasmus+ et Corps européen de solidarité peuvent vous aider à participer à ces programmes. Certains travaillent exclusivement avec des jeunes en situation de handicap ou ayant des besoins spécifiques.

La meilleure solution est de contacter votre agence nationale ou Eurodesk pour savoir comment participer. Vous pouvez aussi leur demander d'informer vos parents ou vos proches sur les conditions à remplir pour partir à l'étranger. Cela les rassurera et vous permettra d'aborder ensemble toutes les options possibles.



CONTACTEZ EURODESK ET DÉCOUVREZ PLEIN D'AUTRES OPPORTUNITÉS !



Découvrez le **CIDJ**,
centre national Eurodesk
en France et trouvez
votre référent Eurodesk
près de chez vous !



@EurodeskFR



CIDJ
EURODESK



Financé par
l'Union européenne

