



Partir en stage à l'étranger 2025-2026

Faire un stage à l'étranger dans le cadre de son cursus d'études, c'est le moyen d'acquérir une expérience professionnelle différente et valorisante. C'est aussi l'opportunité de se perfectionner dans une langue, de découvrir un autre pays et d'apporter une touche d'ouverture à son CV, qui prend une dimension internationale.

Nous vous recommandons de commencer le plus tôt possible la recherche de votre stage. Certaines formalités (demande de visa, de bourse, de passeport, etc. peuvent prendre du temps.

Nous vous invitons, dans un premier temps, à prendre rendez-vous avec le Service International de l'Institut Limayrac par mail (silv@limayrac.fr/ catherine.coursieres@limayrac.fr) afin de définir votre projet et vous accompagner dans vos démarches.

Une liste de structures ayant précédemment accueilli nos stagiaires est systématiquement fournie aux étudiant(e)s lors d'un rendez-vous avec le SI. Il est cependant nécessaire que vous fassiez vos propres recherches pour trouver une structure d'accueil. Cette liste est essentiellement indicative.

Les conditions de stage dans un pays étranger seront différentes de celles que vous connaissez en France : vous pouvez travailler plus (ou moins) que 35 heures, être rémunéré ou non, etc.

A- Procédures pour la recherche de stages (voir si pour procédures détaillées)

- Préparer un **CV et une lettre de motivation** dans la langue du pays d'accueil,
- Après correction par votre professeur de langue envoyer ces documents aux adresses que vous aurez sélectionnées. Pour les hôtels en Espagne qui sont colorés en jaune fluo, merci de vous adresser au SI (Service International).
Les étudiants d'ESF ou de diététique, Informatique ... peuvent également effectuer un stage à l'étranger.
- Lorsque vous aurez trouvé votre stage vous enverrez une **fiche de stage** à compléter à votre entreprise d'accueil. (Voir SI)
- A l'aide des éléments contenus dans la fiche de stage, **une convention de stage** sera formalisée par une signature entre l'Institut Limayrac, l'étudiant et l'entreprise d'accueil

B- Financer sa mobilité de stage (voir SI pour le tableau bourses de stages)

Avant d'envisager un stage à l'étranger il est très important pour les étudiants de préparer leur budget

1- Les bourses du Conseil Régional :

Pour les étudiants boursiers ou pour les étudiants qui partent dans un pays en partenariat avec la Région Occitanie (renseignements au SI de l'Institut Limayrac)

Pour en savoir plus sur les bourses du Conseil Régional : <https://www.laregion.fr/Aides-Mouv-Occitanie>

2- Les bourses Erasmus+

Vous pouvez être éligible aux bourses de stage Erasmus+ de l'Institut Limayrac si vous :

- Êtes en formation **BTS**,

- Souhaitez effectuer un stage de **minimum 8 semaines consécutives** (minimum 61 jours) dans une même structure basée en dehors de la France,
- **Effectuez la demande** de départ en stage à l'étranger auprès du SI **avant le 31 mars** de l'année en cours.

Pour plus d'informations sur le programme Erasmus+, vous pouvez vous rapprocher du Service International. Ce dernier organise plusieurs rencontres en début d'année scolaire (Erasmus Day, passage dans les classes) afin d'informer les étudiants mais vous pouvez également le contacter à tout moment pour plus d'informations ou prendre rendez-vous. Un espace dédié à la mobilité internationale est également disponible sur le [site web](#) de l'Institut et sur [My limayrac](#).

a- Progresser en langue étrangère dans le cadre d'Erasmus (OLS)

Dans le cadre d'Erasmus vous bénéficierez automatiquement de la plateforme OLS (Online Linguistic support) qui vous permettra de suivre des cours de langue en ligne. Cette plateforme vous permettra d'évaluer avant votre départ à l'étranger, vos compétences en langue étrangère

b- Sélection des bénéficiaires des bourses Erasmus

Plusieurs commissions de sélection des boursiers se réuniront en décembre, février, avril pour définir la liste des bénéficiaires selon les critères de sélection suivants :

- **Comportement** scolaire et professionnel (Assiduité, participation, maturité, attitude de l'étudiant par rapport au groupe classe),
- **Avantages en nature** de la structure professionnelle d'accueil du stagiaire à l'étranger (prise en charge du logement, des frais de vie, rémunération, etc.),
- Evaluation sur la **capacité d'adaptation** à l'étranger,
- Les **stages hors-Europe ne seront pas financés par une bourse Erasmus+**.

Les réponses aux demandes de bourse Erasmus+ seront transmises la semaine suivant l'une des 3 Commissions (Décembre, février, avril)

3- Autres bourses :

- **Bourse au Mérite** (pour les étudiants de BTS à voir avec le service international),
- **Office franco-allemand pour la jeunesse** (OFAJ)
- **Office franco-québécois pour la jeunesse** (OFQJ)

C-Autres démarches à réaliser

Documents nécessaires : Passeport et/ou carte d'identité en cours de validité

Assurance maladie : Si vous partez en stage dans un État de l'Union Européenne, vous devez faire une demande auprès de votre CPAM de la carte européenne d'assurance maladie pour la prise en charge de vos soins (valable 1 an)

En dehors de l'Union Européenne, votre protection sociale peut varier en fonction du pays d'accueil.

Certains ont signé une convention de sécurité sociale avec la France permettant ainsi la prise en charge des soins (assurance maladie française ou régime de sécurité sociale du pays d'accueil).

Rapatriement : Le rapatriement relève de votre responsabilité personnelle, vous devez souscrire une assurance spécifique pour couvrir ce risque. Cette assurance est fortement recommandée pour tout départ en stage à l'étranger.

Avant de partir : Vous devez consulter les conseils aux voyageurs et la classification de la zone où doit se dérouler le stage envisagé sur le site du Ministère des Affaires étrangères et du développement international : www.diplomatie.gouv.fr/conseils-aux-voyageurs/conseils-par-pays

Afin que le Ministère des Affaires étrangères puisse vous joindre en cas d'incident sécuritaire, il vous est demandé de vous inscrire avant votre départ sur la base Ariane : <https://pastel.diplomatie.gouv.fr>

INFORMATION IMPORTANTE : plus vite vous aurez trouvé votre stage, plus vous aurez une chance d'avoir un stage qui vous conviendra : le stage en lui-même/ ainsi que la période (certains étudiants retardataires sont parfois obligés d'effectuer leur stage en juillet-Août) et plus vous aurez une chance d'obtenir la bourse Erasmus.