

*Mon*

*Se réveiller par l'alternance*

# Move Pro Europe



*Mon parcours pour faciliter  
mon expérience professionnelle  
en Europe.*

*M'ouvrir au monde et  
construire une carrière à  
l'international*





# PRESENTATION DU PARCOURS

Le parcours est composé de 4 jours de formation à la MFR et d'un stage en Europe, la durée de stage est comprise entre 3 mois et 12 mois. La formation à la MFR permet de mieux appréhender et valoriser sa mobilité.

Ce parcours, c'est l'occasion de vivre une expérience à l'étranger (pays de l'Union Européenne) tout en bénéficiant d'un soutien organisationnel, financier et humain.

## OBJECTIFS

Développer des compétences professionnelles et linguistiques.

Favoriser l'adaptabilité et l'autonomie.

Renforcer son projet professionnel et son insertion dans le monde du travail, ou sa poursuite d'études.

Vivre une expérience unique et s'ouvrir à d'autres cultures.

## RENCONTRONS-NOUS !

Venez découvrir nos formations en alternance lors de nos journées portes ouvertes les :

**mercredi 10 décembre 2025**  
**samedi 31 janvier 2026**  
**samedi 14 mars 2026**  
**mercredi 22 avril 2026**  
**vendredi 22 mai (16h-19h)**  
**mercredi 17 juin 2026**

## ACCOMPAGNEMENT DU PARCOURS

En amont du projet, la MFR aide à la recherche de stages et sollicite une bourse Erasmus+. Cette dernière finance, en partie, le voyage aller-retour, l'hébergement et la restauration.

La formation donne lieu notamment à une Préparation Pédagogique Linguistique Culturelle et Administrative.

**3 entrées en parcours dans l'année : septembre - janvier - mars.**

Pendant la mobilité, un suivi est effectué par la référente de la MFR qui s'assure du bon déroulement du stage et de l'expérience dans son ensemble.

Des cours en ligne dans la langue choisie sont accessibles pendant toute la mobilité pour permettre de perfectionner sa pratique linguistique.

En aval, des tests linguistiques et des évaluations des compétences sont réalisés. L'expérience est ainsi exploitée pour valoriser la mobilité dans le parcours de vie.

## TARIFS ET FINANCEMENT

Accompagnement dès la première demande, formation sur site et/ou en distanciel avant le stage, suivi au retour de stage et accompagnement par la référente mobilité tout au long du stage : 750 €

Bourse Erasmus+ : montant en fonction de la destination et de la durée du stage  
Possibilité d'indemnités France Travail suivant votre statut précédent.

## PUBLIC ET PREREQUIS

Avoir 18 ans au départ en stage.

Avoir été scolarisé dans l'année précédant le départ.

Etre stagiaire de la formation professionnelle (inscription à France Travail obligatoire pour obtenir le statut).

Avoir validé son projet lors d'un entretien avec la référente de la MFR.



**Anne LEDOUX**  
anne.ledoux@mfr.asso.fr  
Tel : +33 (0)4 50 66 88 33