



Erasmus+



Cofinancé par
l'Union européenne

BOÎTE À OUTILS PUBLIQUE

Sélection d'outils génériques publics

ERASMUS PRO Fées — Mobilité professionnelle Martinique—Sardaigne

Cette sélection d'outils propose des repères simples pour préparer, accompagner et valoriser une mobilité professionnelle. Elle ne remplace pas les documents pédagogiques internes remis aux participants.

Outil 1 — Checklist avant le départ

- Pièce d'identité ou passeport valide
- Carte européenne d'assurance maladie ou assurance équivalente
- Billets et horaires de transport
- Adresse du logement et lieu d'accueil
- Coordonnées des référents et contacts d'urgence
- Documents liés à la mobilité et à l'entreprise d'accueil
- Moyen de communication fonctionnel
- Objectifs personnels et professionnels identifiés

Outil 2 — Préparer sa mobilité

- Pourquoi je pars en mobilité ?
- Qu'est-ce que je souhaite apprendre ?
- Quelles compétences voudrais-je renforcer ?
- Quelles sont mes inquiétudes ?
- Quels comportements professionnels dois-je adopter ?
- Comment cette expérience peut-elle servir mon projet professionnel ?

Phrase clé : une mobilité n'est pas seulement un voyage ; c'est une expérience professionnelle, interculturelle et personnelle.

Outil 3 — Posture professionnelle

- Respecter les horaires et prévenir en cas de retard
- Écouter les consignes et poser des questions en cas de doute
- Adopter une tenue et une attitude adaptées
- Respecter les collègues, encadrants et lieux d'accueil
- Faire preuve de curiosité, d'ouverture et d'adaptation



Erasmus+



**Cofinancé par
l'Union européenne**

- Représenter positivement son organisme d'envoi et son territoire

Phrase clé : la posture professionnelle repose sur trois éléments : respect, adaptation et communication.

Outil 4 — Que faire en cas de difficulté ?

- Ne pas rester seul face au problème
- Prévenir rapidement le référent local ou le référent d'envoi
- Expliquer les faits clairement
- Éviter les réactions impulsives
- Demander une solution ou un accompagnement
- Garder une trace écrite si nécessaire

Message important : demander de l'aide n'est pas un échec, c'est une attitude responsable.

Outil 5 — Suivi pendant la mobilité

- Ce que j'ai découvert
- Ce que j'ai réussi
- Ce qui est difficile pour moi
- Ce que j'ai appris sur le monde professionnel
- Ce que j'ai appris sur moi-même
- Ce dont j'ai besoin pour poursuivre dans de bonnes conditions

Outil 6 — Retour d'expérience

- Une réussite
- Une difficulté surmontée
- Une compétence développée
- Une découverte importante
- Une chose que je ferais différemment
- Un conseil pour les futurs participants

Outil 7 — Valoriser sa mobilité

- Identifier les compétences acquises
- Ajouter l'expérience dans le CV
- Préparer un exemple à présenter en entretien
- Participer à une restitution ou un témoignage
- Relier la mobilité au projet professionnel
- Valoriser l'autonomie, l'adaptation et l'ouverture interculturelle