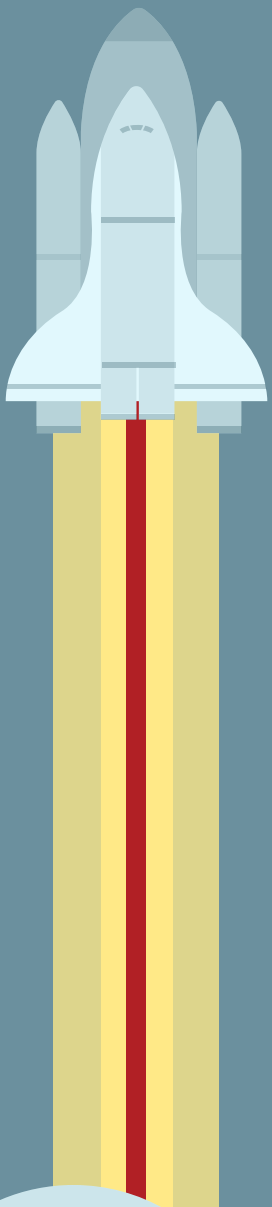
MAISON DE L'ORIENTATION

Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.

BOOST!

STAGES





INTRODUCTION
page 3

STAGES D'ORIENTATION & DE DÉCOUVERTE
page 4

STAGES OBLIGATOIRES PRÉVUS DANS LE CURSUS SCOLAIRE OU UNIVERSITAIRE
page 5

STAGES VOLONTAIRES EN DEHORS DU CURSUS SCOLAIRE OU UNIVERSITAIRE
page 7

AUTRES POSSIBILITÉS DE STAGES : LUXEMBOURG ET AU-DELÀ
page 9

OPTIMISE TA RECHERCHE
page 13

OPTIMISE TA CANDIDATURE
page 19

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES
page 21

NOTES
page 22

Dans le présent document, le masculin est utilisé dans un souci de lisibilité sans volonté de discrimination.

INTRODUCTION

Tu es à la recherche d'un stage pour acquérir des compétences pratiques et développer tes centres d'intérêt ?

En effet, les stages sont des occasions idéales pour :

- acquérir de l'expérience professionnelle,
- **booster** ton CV,
- construire un réseau professionnel et personnel,
- acquérir des compétences utiles,
- t'orienter pour tes choix de carrière,

et également pour mieux te rendre compte de tes talents et intérêts tout en découvrant différents domaines d'activités, ce qui t'aidera dans tes choix d'orientation scolaire et professionnelle.



Intrigué ? Alors tu es au bon endroit ! Cette édition de ***Boost!*** te guidera dans le monde des stages et t'aidera à trouver celui qui te convient parfaitement !

STAGES D'ORIENTATION & DE DÉCOUVERTE

lycéens

STAGE D'ORIENTATION SCOLAIRE (SCHNUPPERSTAGE)

Les stages d'orientation scolaire sont des stages de courte durée qui te permettent de découvrir les coulisses d'un métier qui t'intéresse ! En général, ces stages durent de quelques jours à 2 semaines.

Pendant ton stage, tu bénéficies d'une assurance accident spéciale. La cellule d'orientation et d'intégration scolaires de ton lycée peut t'aider à trouver une place.

assurance prise en charge par l'établissement scolaire

STAGE DE DÉCOUVERTE (SERVICE NATIONAL DE LA JEUNESSE)

Le Service national de la jeunesse (SNJ) propose également une version volontaire de ce stage. Leurs antennes locales peuvent t'aider à trouver un stage de courte durée dans des entreprises privées, des associations ou des services publics.

Ces stages durent généralement entre une et quatre semaines et sont encadrés par un accompagnement individuel du SNJ pour t'aider à trouver l'expérience parfaite. Pendant ton stage, tu bénéficies d'une assurance accident spéciale.

assurance prise en charge par le SNJ

Service national de la jeunesse

hey.snj.lu

STAGES OBLIGATOIRES PRÉVUS DANS LE CURSUS SCOLAIRE OU UNIVERSITAIRE



Ces stages obligatoires constituent une composante fixe de ton programme scolaire, que tu étudies au Luxembourg ou à l'étranger. En d'autres termes, il s'agit des stages requis qui font partie de ton cursus scolaire ou universitaire.

Ils sont organisés par ton établissement d'enseignement secondaire ou supérieur et sont indispensables pour l'obtention de ton diplôme.

assurance prise en charge par l'établissement scolaire

CONDITIONS

Tu es inscrit dans un établissement d'enseignement secondaire ou supérieur (lycée, université, en BTS, bachelor, master, etc.) au Luxembourg ou à l'étranger.

À SAVOIR

Cette catégorie de stages, dont les dispositions sont reprises au Code du travail, exclut les stages de découverte ou d'orientation (« Schnupperstage ») ainsi que les stages de la formation professionnelle (apprentissage).

INDEMNISATION

DURÉE	INDEMNISATION
< 4 semaines	pas obligatoire
≥ 4 semaines	30% du salaire social minimum non qualifié
exception	pas d'obligation d'indemnisation si l'établissement d'enseignement prévoit expressément une interdiction d'indemnisation

Ceci représente l'indemnisation minimum requise. Une entreprise peut décider de te rémunérer davantage ! Ces dispositions s'appliquent uniquement aux stages au Luxembourg. Si tu effectues un stage à l'étranger, les conditions du pays s'appliquent.

Plus d'infos sur le site de l'ITM

STAGES VOLONTAIRES EN DEHORS DU CURSUS SCOLAIRE OU UNIVERSITAIRE



Ces stages volontaires se déroulent en dehors de ton cursus académique habituel. Ils sont de ta propre initiative, motivés par ton désir d'acquérir une expérience professionnelle supplémentaire.

Tu peux entreprendre un tel stage si l'une des conditions suivantes s'applique.

assurance prise en charge par le patron de stage

CONDITIONS

- Tu es inscrit dans un établissement d'enseignement secondaire ou supérieur au Luxembourg ou à l'étranger, et tu suis de manière régulière un cycle d'enseignement (lycée, université, BTS, bachelor, master, etc.).

ou...

- Après l'obtention du diplôme (bac, BTS, bachelor), tu peux encore effectuer ce type de stage si tu le termines dans les 12 mois suivant l'obtention du diplôme.

À SAVOIR

Tu as déjà obtenu ton diplôme de master ? Alors, cette catégorie de stage ne s'applique pas à toi.

INDEMNISATION

DURÉE	INDEMNISATION si tu n'as pas encore terminé ton premier cycle d'enseignement supérieur (BTS, bachelor)	INDEMNISATION si tu as terminé un premier cycle d'enseignement supérieur (BTS, bachelor)
< 4 semaines	pas obligatoire	pas obligatoire
≥ 4 à ≤ 12 semaines	40% du salaire social minimum non qualifié	40% du salaire social minimum qualifié
> 12 à ≤ 26 semaines	75% du salaire social minimum non qualifié	75% du salaire social minimum qualifié

Ceci représente l'indemnisation minimum requise. Une entreprise peut décider de te rémunérer davantage ! Ces dispositions s'appliquent uniquement aux stages au Luxembourg. Si tu effectues un stage à l'étranger, les conditions du pays s'appliquent.

Plus d'infos sur le site de l'ITM

AUTRES POSSIBILITÉS DE STAGES : LUXEMBOURG ET AU-DELÀ



Tu as terminé ton bachelor ou master et tu es à la recherche d'un stage, ou tu es encore inscrit à l'université ? C'est encore possible de booster ton CV et d'acquérir de nouvelles expériences grâce à des stages. Voici une liste non exhaustive d'opportunités supplémentaires.

Les conditions, l'indemnisation et la durée de ces stages peuvent varier, il est donc essentiel de bien vérifier chaque opportunité !

La prise en charge de l'assurance, l'indemnisation, et les conditions varient selon les programmes.

STAGES AUPRÈS DES INSTITUTIONS DE L'UNION EUROPÉENNE

Lorsqu'il s'agit de stages dans l'Union européenne (UE), il existe une multitude d'opportunités parmi les institutions comme la Commission européenne, le Parlement européen et le Conseil de l'UE. Que tu sois intéressé par l'économie, le droit, les relations internationales, le commerce, le marketing, les sciences sociales ou l'informatique, il y a un stage qui t'attend.

Des programmes comme par exemple le stage Schuman, le stage Blue Book et les postes au Secrétariat général du Conseil couvrent une large gamme de secteurs et d'expériences. Tu peux également trouver des stages passionnants au Comité européen des régions et au Comité économique et social européen. De plus, le Service européen pour l'action extérieure offre de belles opportunités pour ceux qui s'intéressent aux relations internationales.

Tu es passionné par la politique ? Les groupes politiques du Parlement européen proposent des stages et tu peux également postuler directement auprès des députés, qui représentent ton pays ou un autre. Les candidatures spontanées sont toujours possibles.

Mais ce n'est pas tout ! Les agences de l'UE à travers l'Europe offrent des opportunités de stage dans divers domaines, augmentant ainsi les chances d'acquérir une expérience précieuse. Et n'oublie pas, de nombreuses grandes institutions de l'UE sont basées au Luxembourg, offrant des occasions pour lancer ta carrière ici même. La plupart des stages ouvrent des opportunités de candidature deux fois par an, tandis que certains sont disponibles en continu. Commence à explorer et trouve le stage parfait dans l'UE pour lancer ta carrière !

À SAVOIR

Les stages dans les institutions de l'UE comprennent une rémunération et une couverture d'assurance. La rémunération peut varier selon l'institution mais elle est prévue pour aider à couvrir tes dépenses.

eu-careers.europa.eu

mae.gouvernement.lu

STAGES À L'ORGANISATION DES NATIONS UNIES (ONU)

Les stages à l'ONU offrent des opportunités passionnantes dans divers domaines. Que tu sois intéressé par le droit international, les droits de l'homme, le développement durable, la santé publique, la diplomatie, les sciences sociales ou la technologie, il pourrait y avoir un stage à l'ONU fait pour toi ! De nombreuses agences spécialisées accueillent également des stagiaires, offrant des expériences variées à l'UNICEF, au PNUD, à l'UNESCO, à l'OMS, et bien d'autres. L'ONU offre des expériences uniques qui ont un impact à l'échelle mondiale.

Malheureusement, la plupart des stages à l'ONU ne sont pas rémunérés, ce qui signifie que tu dois financer toi-même ton séjour à l'ONU. Seuls quelques programmes de stage à l'ONU offrent une rémunération.

Plus d'infos sur le site de l'ONU

MINISTÈRE DES AFFAIRES ÉTRANGÈRES ET EUROPÉENNES, DE LA DÉFENSE, DE LA COOPÉRATION ET DU COMMERCE EXTÉRIEUR

Le ministère propose une variété d'opportunités de stage dans ses différents départements ! Tu peux trouver des stages au Luxembourg, à la représentation permanente du Luxembourg auprès de l'UE, ainsi que dans des ambassades à travers le monde.

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère des Affaires étrangères
et européennes, de la Défense, de la
Coopération et du Commerce extérieur

Au ministère ou dans les ambassades

À la représentation permanente auprès de l'UE

DIRECTION DE LA COOPÉRATION AU DÉVELOPPEMENT & DE L'ACTION HUMANITAIRE

Si tu as envie de contribuer à la réalisation des objectifs de développement durable des Nations Unies tout en approfondissant tes connaissances des relations internationales, la Direction de la coopération au développement et de l'action humanitaire sera ton interlocuteur privilégié. Ensemble avec ses partenaires institutionnels et associatifs, elle te propose toute une série d'opportunités qui te permettront de t'engager aux niveaux national, européen ou international dans le cadre de son appui aux programmes :

- les stages au niveau de la Direction de la Coopération au développement et de l'Action humanitaire permettant aux étudiants de gagner une première expérience professionnelle dans leur domaine d'intérêt,
- les formations en cours d'emploi en tant qu'Assistants Techniques Juniors (ATJ) auprès de Lux-Development dans les pays partenaires de la Coopération luxembourgeoise,
- le programme des volontaires des Nations Unies (VNU/UNV),
- le programme des jeunes experts associés (JEA/JPO) en collaboration avec les agences partenaires des Nations Unies,
- le programme des jeunes professionnels en délégations (JPD) de la Commission européenne (CE) et du Service européen pour l'action extérieure (SEAE).

Plus d'infos ici

OPTIMISE TA RECHERCHE

As-tu besoin de conseils pour trouver le stage idéal ? Tu es au bon endroit ! Dans cette section, nous allons explorer les différents outils de recherche et stratégies qui s'offrent à toi.

PARCOURS LES SITES WEB ET LES PORTAILS D'OFFRES D'EMPLOI

lycéens & universitaires

Il est parfois difficile de s'y retrouver parmi toutes les plateformes qui proposent des stages. Voici une liste de sites web qui t'aideront à trouver un stage au Luxembourg ou à l'étranger !

Intéressé par des stages dans le secteur public ? Consulte govjobs.lu où des offres de stages dans le secteur public sont publiées !

La fonction publique

GovJobs

Si tu cherches un stage dans l'industrie luxembourgeoise, le site hellofuture.lu est idéal pour ta recherche.

HELLOFUTURE.LU

your job in industry

Eurodesk Luxembourg est le point de départ pour une expérience en Europe, fournissant des informations complètes et adaptées aux jeunes sur les programmes de mobilité, y compris les stages.

Plusieurs sites d'offres d'emploi sont disponibles pour t'aider dans ta recherche. N'hésite pas à les explorer pour trouver un stage qui correspond à tes besoins et intérêts !

- Student.lu
- moovijob.com
- indeed.lu
- jobs.lu
- jobfinder.lu
- optionscarriere.lu
- lintern.lu
- alleyesonme.jobs

TRUCS & ASTUCES

Assure-toi de profiter des filtres disponibles pour affiner ta recherche et voir uniquement les offres de stages qui correspondent à tes critères.

UTILISE DES OUTILS DE RECHERCHE

lycéens & universitaires

Pense à utiliser le site Editus pour découvrir des entreprises et des organisations dans ton domaine ou dans des secteurs qui t'intéressent. Voici deux façons d'utiliser Editus pour ta recherche de stage :

- **Connaître son domaine** : identifie les entreprises actives dans ton domaine en recherchant sur le site par profession.
- **Explorer ta région** : utilise le moteur de recherche pour découvrir les entreprises à proximité. Cela peut t'aider à trouver des idées, même si tu n'as pas encore identifié ton domaine préféré.

Editus

TROUVE UN STAGE GRÂCE AUX ORGANISATIONS ÉTUDIANTES

universitaires

Les organisations étudiantes offrent des opportunités précieuses pour trouver des stages ! Voici quelques ressources importantes :

- **AIESEC** est une plateforme mondiale pour les jeunes cherchant à explorer et développer leurs qualités de leadership à travers des stages et des expériences de bénévolat. Ils offrent des opportunités d'échange interculturel et de développement professionnel, axées sur le leadership et les stages internationaux.

AIESEC

- **ESN (Erasmus Student Network)** est la plus grande organisation étudiante en Europe, dédiée à soutenir les étudiants internationaux pendant leur séjour à l'étranger. ESN offre une large gamme de services et d'événements pour garantir une expérience mémorable, favorisant la compréhension culturelle et l'intégration des étudiants à travers l'Europe. ESN gère également la plateforme ErasmusCareers, qui répertorie des opportunités de stage dans toute l'Europe.

Erasmus Careers

- **ACEL (Association des cercles d'étudiants luxembourgeois)** représente les associations étudiantes luxembourgeoises tant au Luxembourg qu'à l'étranger. Ils soutiennent les initiatives étudiantes et promeuvent des activités éducatives et culturelles. ACEL a créé une plateforme en ligne où les entreprises peuvent publier des offres d'emploi ou de stage.

ACEL

Tu recherches un stage dans un domaine spécifique ? Tu peux trouver une liste de tous les cercles étudiants luxembourgeois thématiques sur le site web de l'ACEL. Contacte les associations liées à un métier spécifique pour savoir si elles connaissent des opportunités de stage dans leur domaine !

Liste des cercles

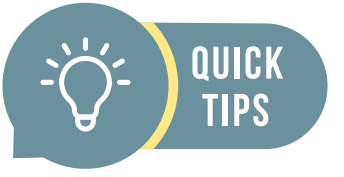
CHECKLIST POUR TA RECHERCHE

lycéens & universitaires

Cette liste non exhaustive offre un aperçu des différentes stratégies que tu peux utiliser pour ta recherche.

CHECKLIST	EXPLICATION
Découvre tes centres d'intérêt	Avant de commencer ta recherche de stage, réfléchis aux domaines qui te passionnent. Cela peut t'aider à orienter ta recherche vers des secteurs spécifiques.
Parcours les portails d'emploi	Tu ne sais pas encore dans quelle entreprise ou organisation tu veux faire ton stage ? Les portails d'emploi sont un excellent moyen de découvrir ce qui existe au Luxembourg. Commence par les sites web que nous avons fournis pour explorer des domaines intéressants !
Consulte les sites web des entreprises et des organisations	Certaines organisations ne publient pas leurs offres de stage sur les portails d'emploi. Si tu es intéressé par un domaine spécifique, consulte directement le site web de l'entreprise pour voir s'ils proposent des opportunités de stage.

CHECKLIST	EXPLICATION
Crée un compte LinkedIn	LinkedIn est très utile pour les étudiants universitaires à la recherche de stages pendant ou après leurs études. C'est une plateforme pour te connecter avec des professionnels, explorer des opportunités et suivre les entreprises qui t'intéressent.
Envoie des candidatures spontanées	Même si une entreprise n'annonce pas de stages, tu peux toujours les contacter pour savoir s'ils ont des opportunités. Envoyer une candidature spontanée peut montrer ton sens de l'initiative !
Active ton réseau	Parle à tes amis, ta famille, tes professeurs et tes contacts professionnels. Informe-les que tu es à la recherche d'un stage. Parfois, les meilleures opportunités viennent des personnes que tu connais.
Participe aux salons de l'emploi et aux événements	Participe aux salons de l'emploi et aux événements. Ce sont des endroits idéaux pour rencontrer des entreprises et des organisations, découvrir les stages disponibles et explorer ce qui t'intéresse. Parmi les exemples de salons : Deng Zukunft - Däi Wee, RTL Jobdag, UniCareers, etc.



OPTIMISE TA CANDIDATURE

PRÉPARE TON CV & TA LETTRE DE MOTIVATION

Découvre notre édition ***Boost!*** sur le CV, la lettre de motivation et l'entretien et retrouve tous les conseils et astuces essentiels pour ta candidature.

Boost! CV, lettre de motivation & entretien d'embauche

La Maison de l'orientation organise des séances d'information sur la création et la rédaction d'un CV et d'une lettre de motivation ! Consulte notre programme et inscris-toi ici :

MAISON DE L'ORIENTATION
Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.

Agenda

RESTE FLEXIBLE

Assure-toi de postuler à plusieurs endroits afin d'augmenter tes chances de décrocher un stage. Tu peux toujours refuser et accepter des offres ! Continue à explorer différentes pistes et n'hésite pas à saisir toutes les opportunités qui se présentent à toi. N'oublie pas que la persévérance et l'enthousiasme sont les clés de la recherche d'un stage.

ADAPTE TES CANDIDATURES

Pense à adapter tes demandes de stages à chaque endroit où tu postules. Mets en avant tes compétences et tes expériences qui correspondent au profil recherché. Prends le temps de te renseigner sur les entreprises ou les lieux où tu postules. Lorsque tu démontres que tes compétences et intérêts correspondent à ce qu'ils recherchent, cela te permet de te démarquer !

FAIRE LE LIEN AVEC TES CENTRES D'INTÉRÊT

Si possible, réfléchis à la manière dont tu peux associer ton stage à tes centres d'intérêt et à tes études. Explore les possibilités qui correspondent à ta formation et à tes objectifs. Cela te permettra d'acquérir de l'expérience dans le domaine qui t'intéresse et d'étoffer ton CV !

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES

CHAMBRE DES SALARIÉS LUXEMBOURG (CSL)

La CSL dispose de nombreuses informations sur les stages au Luxembourg et te fournit de précieux détails concernant les types de contrat, l'assurance, et les formalités administratives. Si tu as encore des questions, nous t'invitons à consulter www.csl.lu/fr/vos-droits/jeunes/ pour avoir une vision complète !

YOU'LL NEVER WORK ALONE.

CHAMBRE DES SALARIÉS LUXEMBOURG
LA VOIX DES SALARIÉS DEPUIS 100 ANS.

INSPECTION DU TRAVAIL ET DES MINES (ITM)

Si tu as d'autres questions sur les formalités administratives, les contrats et les conditions générales, n'hésite pas à consulter le site www.itm.public.lu. Dans leur section FAQ, tu trouveras tout ce dont tu as besoin !

INSPECTION DU TRAVAIL ET DES MINES

JUGENDINFO.LU

L'association « Jugendinfo Lëtzebuerg » gère la plateforme www.jugendinfo.lu. Tu y trouveras de nombreuses informations utiles sur les jobs, les stages, les candidatures et d'autres offres destinées aux jeunes.

JUGEND INFO.lu

NOTES

ENVIE D'EN SAVOIR PLUS ?

Découvre notre Linktree pour d'autres publications ***Boost!*** sur les opportunités pour les jeunes.

Linktree MO



Aide-nous un peu avec un petit feedback en scannant ce code QR ou en cliquant ici !

maison-orientation.public.lu

info@m-o.lu

29, rue Aldringen
L-1118 Luxembourg

(+352) 8002 - 8181

Impressum

Date : 10/2026

ISBN 978-2-49673-338-9

LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG
Ministère de l'Éducation nationale,
de l'Enfance et de la Jeunesse

MAISON DE L'ORIENTATION
Deng Schoul. Däi Beruff. Deng Zukunft.