

# Bando Erasmus+ Traineeship

## 2025/2026



università  
degli studi  
**mediterranea**  
di reggio  
calabria



# Che cos'è Erasmus+ Traineeship?

---



## Programma Europeo

Un'iniziativa dell'Unione Europea per promuovere la mobilità e l'apprendimento all'estero.



## Tirocini e Stage

Offre la possibilità di svolgere tirocini professionali in aziende, enti di ricerca o università partner in tutta Europa.



## Sviluppo di Competenze

L'obiettivo principale è sviluppare competenze professionali, linguistiche e interculturali essenziali per il futuro lavorativo.



## Durata Flessibile

La mobilità può variare da un minimo di 2 a un massimo di 12 mesi, adattandosi alle esigenze dello studente.



# Chi può partecipare?

---

## ● **Studenti**

Regolarmente iscritti all'Università Mediterranea di Reggio Calabria.

## ● **Laureandi**

Anche chi ha conseguito la laurea da meno di 12 mesi può candidarsi.

## ● **Ogni Ciclo di Studio**

Aperto a studenti di laurea triennale, magistrale e dottorato.

## ● **Destinazioni**

La mobilità è possibile in tutti i Paesi dell'Unione Europea e nei Paesi associati al programma Erasmus+.



# Come partecipare?



Leggi attentamente il bando e scarica la Domanda di Candidatura sul portale dell'amministrazione trasparente di ateneo



Visiona gli Elenchi orientativi di Enti e Aziende che hanno dato la loro disponibilità ad ospitare studenti per attività di tirocinio o fatti consigliare dai tuoi docenti



Proponi la tua scelta al delegato Erasmus del tuo dipartimento e compila il Learning Agreement (è presente anche una comoda guida alla compilazione)



Compila anche il Company Agreement se intendi effettuare la mobilità presso un ente non universitario, che dovrà essere compilato dall'ente ospitante



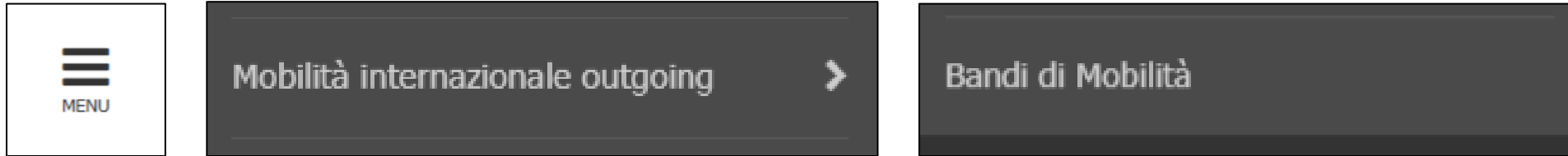
**Pagina del  
bando**



**Pagina web  
Erasmus+  
Traineeship**

# Procedura Esse3

1 Accedi sulla piattaforma Esse3 e vai ai bandi di mobilità outgoing



2 Seleziona come Ambito di mobilità EXCHANGE PROGRAMS e vai al bando di interesse cliccando sulla lente di ingrandimento

Elenco Bandi di Mobilità Internazionale

Ambito mobilità

ERASMUS + Bando Traineeship

A.A.	Num. bando	Titolo	Bando Traineeship	Stato bando	Stato iscr.	Azioni
2025	26	Bando Erasmus+ Traineeship long term a.a. 2025/2026	✓	🔒		🔍



Pagina del bando



Pagina web Erasmus+ Traineeship

# Procedura Esse3

(In questa scheda potrai fare domanda per il bando e visualizzarne lo stato)

Candidatura Bandi di Mobilità Internazionale

In questa pagina è possibile effettuare l'iscrizione al bando e seguire tutte le fasi della propria candidatura.

### Dati Bando

Titolo	Bando Erasmus+ Traineeship long term a.a. 2025/2026
Tipologia del Bando	Bando Traineeship
Compilazione domande	dal 17/12/2025 al 27/02/2026 23:59
Ulteriori informazioni	<a href="#">vai al dettaglio del bando</a>
Numero di domanda:	

### Candidatura al Bando

Non risulti iscritto al bando.

Fase	Attività	Info	Stato
Iscrizione al bando	1 Compilazione Modulo di Candidatura	obbligatoria	🔒
	2 Upload Allegati Iscrizione	obbligatoria	🔒
	3 Stampa definitiva	opzionale	🔒
Assegnazione Sede	4 Pubblicazione dati Graduatoria		🔒
	5 Inserimento date arrivo/rientro	obbligatoria	🔒
	6 Upload Allegati	opzionale	🔒

**Legenda:**

- 🔒 attività aperta
- 🔒 attività bloccata
- ✅ attività completata
- 📄 ulteriori informazioni

1 - Compilazione Modulo di Candidatura 🔒 Chiudi ▾

Non hai ancora compilato il modulo di candidatura

[compila il modulo](#)

[Indietro](#)



Pagina del  
bando



Pagina web  
Erasmus+  
Traineeship

**3** Clicca su «compila il modulo» per compilare il modulo di candidatura

# Procedura Esse3

## 4 Inserisci "1" e clicca "Iscrivi" per procedere

Bando Erasmus+ Traineeship long term a.a. 2025/2026

E' stata richiesta l'iscrizione al bando di mobilità internazionale **Bando Erasmus+ Traineeship long term a.a. 2025/2026**  
Per procedere con l'iscrizione premere **ISCRIVI**  
Per uscire dalla procedura premere **ANNULLA**

**Esami registrati**

[Verifica nel libretto gli esami registrati.](#)

Torna in questa pagina per effettuare l'iscrizione ed eventualmente indica altri esami nel campo Dichiarazioni aggiuntive.

**Selezionare le preferenze per le destinazioni**

Sede di destinazione	Sottoarea	Pref.	Cod. Erasmus	Lingua	Referente Est.
La destinazione sarà quella che risulterà nel Company Agreement	Destinazione unica da definire	1			

**Ulteriori informazioni**

Dichiarazioni aggiuntive (altri esami sostenuti o ulteriori conoscenze linguistiche):

**Indicatori di merito**

Media voti

Media ponderata voti

**Iscrivi** Annulla



Pagina del  
bando



Pagina web  
Erasmus+  
Traineeship

! La sede scelta sarà inserita successivamente d'ufficio

# Procedura Esse3

**5** Carica singolarmente la Domanda di Candidatura e il Learning Agreement (ed eventualmente anche il Company Agreement)

Inserimento allegato

**Dati del bando**

Titolo	Bando Erasmus+ Traineeship long term a.a. 2025/2026
Tipologia del Bando	Bando Traineeship

**Dati Allegato**

Allegato Predefinito

Oppure Allegato Libero

Descrizione

Allegato (Max 5MByte)  Nessun file selezionato



Pagina del bando



Pagina web Erasmus+ Traineeship

**!** Il Learning Agreement deve essere già firmato da tutti i soggetti (studente, delegato Erasmus, ente ospitante)

Domanda di candidatura  
Company Agreement (da compilarsi solo nel caso di un ente non universitario)  
Learning Agreement

# Procedura Esse3

Una volta terminati questi passaggi e visualizzato il seguente messaggio, la procedura di candidatura sarà conclusa con successo!

**Candidatura al Bando**

● La tua iscrizione al bando è completa.

Fase	Attività	Info	Stato
Iscrizione al bando	1 Compilazione Modulo di Candidatura	obbligatoria	✓
	2 Upload Allegati Iscrizione	obbligatoria	🔒
	3 Stampa definitiva	opzionale	🔒
Assegnazione Sede	4 Pubblicazione dati Graduatoria		🔒
	5 Inserimento date arrivo/rientro	obbligatoria	🔒
	6 Upload Allegati	opzionale	🔒



Pagina del  
bando



Pagina web  
Erasmus+  
Traineeship



Il termine ultimo per la presentazione della domanda è il **27 febbraio 2026**

# Vantaggi per gli studenti



## Contributo Economico

- Un contributo finanziario Erasmus+ in base al costo della vita del paese di destinazione.

	PAESE OSPITANTE	IMPORTO MENSILE
<b>GRUPPO 1</b> (costo della vita ALTO)	Austria, Belgio, Danimarca, Finlandia, Francia, Germania, Irlanda, Islanda, Liechtenstein, Lussemburgo, Norvegia, Paesi Bassi, Svezia.	550,00 €
<b>GRUPPO 2</b> (costo della vita MEDIO)	Cechia, Cipro, Estonia, Grecia, Lettonia, Malta, Portogallo, Slovacchia, Slovenia, Spagna	500,00 €
<b>GRUPPO 3</b> (costo della vita BASSO)	Bulgaria, Croazia, Lituania, Macedonia del Nord, Polonia, Romania, Serbia, Turchia, Ungheria.	500,00 €

- Un contributo per il viaggio una tantum in base alla distanza del paese di destinazione

Supporto per il viaggio per mobilità svolta da studenti con minori opportunità			
Requisiti dei beneficiari	Fascia chilometrica	In caso di viaggio standard	In caso di viaggio green
<b>Studenti con minori opportunità che svolgono la mobilità breve Erasmus+</b>	Tra 10 e 99 KM	€ 28,00	€ 56,00
	Tra 100 e 499 KM	€ 211,00	€ 285,00
	Tra 500 e 1999 KM	€ 309,00	€ 417,00
	2000 e 2999 KM	€ 395,00	€ 535,00
	3000 e 3999	€ 580,00	€ 785,00
	4000 e 7999	€ 1.188,00	€ 1.188,00
8000 KM o più	€ 1.735,00	€ 1.735,00	

<https://erasmus-plus.ec.europa.eu/resources-and-tools/distance-calculator>

- Un contributo aggiuntivo di 250€ mensili per studenti beneficiari con un ISEE fino a 27.948,60 €



**Sostegno Linguistico (OLS)** Accesso a corsi online gratuiti per migliorare le proprie competenze linguistiche



**Esperienza Internazionale** Un'opportunità unica per arricchire il proprio curriculum e acquisire competenze apprezzate nel mondo del lavoro.

# Consigli per la tua mobilità

## Resta Aggiornato

Consulta frequentemente la pagina del bando sul portale amministrazione trasparente per aggiornamenti.

## Ricerca Alloggio

Inizia la ricerca di un alloggio con largo anticipo, utilizzando piattaforme dedicate, come ErasmusIntern e Drop'pin@EURES.

## Impara la Lingua Locale

Familiarizza con le basi della lingua del paese ospitante per un'integrazione più facile.

## Gestisci il Budget

Pianifica e tieni traccia delle spese che dovrai sostenere per la mobilità.

## Mantieni i Contatti

Resta in contatto con i referenti di UniRC e dell'ente ospitante per qualsiasi necessità. Rivolgiti al Responsabile Erasmus+ del tuo Dipartimento per consigli e supporto personalizzato.

## Documenta l'Esperienza

Conserva tutti i documenti necessari per il riconoscimento dei CFU al tuo rientro.



# Pronti a partire?

Erasmus+ Traineeship è un'opportunità unica per la tua crescita professionale e personale. Non lasciartela sfuggire!

## Contatta l'Ufficio Relazioni internazionali

Il nostro team è a tua disposizione per rispondere a tutte le tue domande e fornirti supporto durante il processo di candidatura.

### Orari di apertura al pubblico:

- Martedì 9-11 e 15-16
- Mercoledì 9-11



### Contatti

**E-mail:** [erasmus@unirc.it](mailto:erasmus@unirc.it)

**Tel:** +39 0965 169 1264-5



Puoi trovarci all'interno della Cittadella Universitaria  
In Stecca 4 piano terra (ingresso di fronte alla Torre 4)

**Preparati a vivere un'esperienza  
che può cambiare il tuo futuro!**



università  
degli studi  
**mediterranea**  
di reggio  
calabria

