



Guia Jove Treu-li suc a Europa!

1. Per què és important tenir una experiència a l'estranger?

- Per adquirir i/o millorar una llengua estrangera
- Per aprendre, posar en pràctica i guanyar en competències tècniques i transversals
- Per conèixer món i noves cultures
- Per tenir més opcions laborals

2. Abans de marxar

El primer pas abans d'iniciar el teu projecte de mobilitat internacional és important fer un procés d'autoavaluació que et permeti definir quins són els teus objectius:

- **PERSONALITAT:** Com sóc? Alegre, introvertit/da, honest/a...
- **HABILITATS I COMPETÈNCIES:** Què sé fer bé? Parlar en públic, raonament mecànic, concentració...
- **VALORS OCUPACIONALS:** Què és important per a mi? Altruisme, creativitat...
- **INTERESSOS PROFESSIONALS:** Què m'agrada? La literatura, la natura, les ciències socials...

També cal conèixer prèviament les teves possibilitats i limitacions:

- A nivell formatiu
- Experiència professional
- Qualitats personals
- Aficions

3. Estudiar a l'estranger

- Batxillerat a l'estranger:

Pots cursar el batxillerat sencer o bé només un curs. També hi ha una modalitat a fer des d'aquí que és el [batxillerat internacional](#) [1].

- Estudis universitaris i post-universitaris:

1. Organitzar-ho per compte propi contactant directament amb la universitat que m'interessi estudiar (atenció: requisits d'accés, pla d'estudis, característiques, etc.)
2. Participar en el marc dels múltiples programes de mobilitat dirigits a estudiants de diferents cursos

- FP Dual:

És una modalitat de l'FP en què l'estudiant també esdevé aprenent, de manera que combina la formació en el centre educatiu amb l'activitat en una empresa.

- Estudiar idiomes:

Hi ha dues vies:

- Les agències et faciliten tots els tràmits i les gestions. T'ofereixen un curs d'idioma ajustat a les teves condicions així com l'allotjament, la manutenció i les activitats culturals o esportives. Enllaços de referència: www.aseproce.org [2] o www.jovecat.cat [3]
- Sense agència: t'ho has de cercar pel teu compte.

4. Pràctiques professionals a l'estranger

Les pràctiques professionals estan pensades, principalment, per estudiants i/o amb poca o cap experiència professional. En alguns casos, accepten persones recent titulades o persones que estan en procés de redefinició professional.

• Per a estudiants:

- Agències privades. Son pràctiques generalment no remunerades. Proposen formules incloent la recerca de la entitat de pràctiques segons el perfil del participant, l'allotjament, un programa de sortides culturals, un curs d'idioma, i l'assegurança.
- Erasmus+: La beca cobreix el curs, les pràctiques, l'allotjament, manutenció, transport, assegurança i seguiment. Podeu consultar l'oficina de relacions internacionals del centre i/o un orientador.

• Per a noutitulats i persones a l'atur:

- [Eurodissea](#) [4] és un programa multilateral d'intercanvis entre regions d'Europa. Té una durada d'entre 3 i 7 mesos i subvencionen allotjament, manutenció, assegurança i curs d'idioma. Requisits: Tenir entre 18 i 30/32 anys i estar a l'atur.
- [TLN Mobilicat](#) [5], destinada a joves que estiguin inscrits a la Garantia Juvenil. Les pràctiques cobreixen les despeses bàsiques de transport i manutenció, un curs de la llengua del país abans de marxar i activitats culturals durant les pràctiques.
- [Institucions europees](#) [6]: promouen oportunitats de conèixer el seu funcionament mitjançant estades de pràctiques adreçades a universitaris, graduats o no.

5. Treball a l'estranger

Feina qualificada: La feina de llarga durada pot estar més relacionada amb els estudis o amb l'experiència professional, requereix sovint més experiència i nivell d'idiomes segons els sectors i països. Segons el lloc de treball que interressi buscar, els canals d'informació sobre ofertes de feina seran diferents.

EURES - Xarxa Europea de Serveis d'Ocupació: www.europa.eu/eures [7]

Feina no qualificada: Feines no relacionades amb els estudis, per un període temporal, amb objectius professionals més transversals que tècnics (idioma, adaptabilitat, flexibilitat, obertura). Es troben fàcilment feines de curta durada en treballs agrícoles, au-pair, hostaleria, turisme, monitor de lleure, etc. Hi ha diferents canals de recerca de feina:

- o Agències
- o Portals generals i específics internacionals
- o Empreses de treball temporal

CV: És la publicitat que fas de tu mateix/a quan vols aconseguir un determinat lloc de treball. La seva estructura ha de ser clara, ordenada, neta, aclaridora, positiva i estructurada. Habitualment l'acompanyem d'una carta de presentació.

Model Europass: www.europass.cedefop.europa.eu [8]

6. Fer voluntariat a l'estranger

Servei de voluntariat europeu: És un programa subvencionat per la Comissió Europea que permet als joves -de 17 a 30 anys- de gaudir d'una estada en un altre país portant a terme una experiència de voluntariat. Es pot centrar en diverses temàtiques. www.europa.eu/youth/ [9]

Camps de treball: Són estades d'entre 1 i 4 setmanes, adreçades a joves i que combinen un servei a la comunitat amb activitats lúdiques i d'interrelació sociocultural.

Entitats que organitzen camps de treball: www.cocat.org [10] / www.sci-cat.org [11]

Estades solidàries: El seu objectiu és un apropament a la realitat dels països menys afavorits. I normalment consisteixen en una estada breu sobre el terreny.

Entitats que organitzen estades solidàries: www.setem.org [12] / www.acpp.com [13] / www.estiudesolidaritat.cat/ [14]

Voluntariats de col·laboració: És una manera alternativa de viatjar i de descobrir un altre país. Són diferents plataformes a nivell mundial que permeten fer intercanvi: treballes unes hores al dia i a canvi, amfitrió t'ofereix la manutenció i l'allotjament.

Plataformes online de voluntariat col·laboratiu: www.woof.org [15] / www.workaway.info [16] / www.helpx.net [17]

7. Decàleg de consells per marxar a l'estranger

- Escollir el destí en funció de les pròpies preferències, del reconeixement acadèmic, prestigi del centre formatiu, etc.

- Planificar-ho amb antelació i no improvisar

- Tenir en compte les gestions burocràtiques: www.moncat.gencat.cat [18]

- Avaluar el coneixement previ de l'idioma necessari pel nostre objectiu

- Preveure la despesa econòmica (allotjament, viatges, manutenció, etc.)

- Tenir en compte l'homologació dels estudis

- Mantenir una actitud positiva, la ment oberta i ganes de descobrir!

Links:

[1] <http://queestudiar.gencat.cat/ca/estudis/batxillerat/com-estudiar/internacional/>

[2] <http://www.aseproce.org>

[3] <http://www.jovecat.cat>

[4] <http://www.eurodyssee.eu/es/que-es-eurodisea.html>

[5] http://treball.gencat.cat/ca/ambits/ocupacio/mobilitat_internacional/programa_tln_mobilicat/

[6] http://exteriors.gencat.cat/web/.content/saeue/afers_exteriors_cooperacio/04_arees_actuacio/Afers_Europeus

/Actualitat/Actualitat_2017/20171024_3a-versio-Manual-de-practiques-a-les-institucions-europees-i-a-altres-actors-internacionals.pdf

[7] <http://www.europa.eu/eures>

[8] <http://www.europass.cedefop.europa.eu>

[9] <http://www.europa.eu/youth/>

[10] <http://www.cocat.org>

[11] <http://www.sci-cat.org>

[12] <http://www.setem.org>

[13] <http://www.acpp.com>

[14] <http://www.estiu desolidaritat.cat/>

[15] <http://www.woof.org>

[16] <http://www.workaway.info>

[17] <http://www.helpx.net>

[18] <http://www.moncat.gencat.cat>