



ASSESSORIA de MOBILITAT INTERNACIONAL

- Realitzar estudis o treballar a l'estranger.
- Estades amb **beques de pràctiques o investigació**.
- Estades solidàries i de voluntariat.
- Servei Voluntari Europeu.
- Participar en projectes juvenils.
- Càpsules informatives.

EINES I RECURSOS PER A JOVES



AJUNTAMENT DE
SANT JOAN DESPÍ



Ajuntament
de Castelldefels



Ajuntament del
Prat de Llobregat



AJUNTAMENT DE
SANT VICENÇ
DELS HORTS

AJUNTAMENT DE
VILADECANS



Ajuntament
de Gavà



AJUNTAMENT
D'ESPLUGUES





EINES I RECURSOS PER A JOVES

QUÈ ÉS LA MOBILITAT INTERNACIONAL?

La mobilitat internacional inclou **diferents modalitats d'estades** dins els països membres de la UE i en alguns casos fins i tot fora, ja sigui per treballar, fer pràctiques, estudiar, aprendre idiomes, fer voluntariat, o intercanviar experiències amb joves d'altres països i cultures.

Aquestes experiències que els i les joves tenen a l'estranger els hi permeten adquirir competències que faciliten el **procés d'emancipació i la definició del seu projecte de vida**, el **desenvolupament personal**, professional i social, així com **conèixer altres cultures i maneres de viure**. La mobilitat internacional també suposa una forma de millorar la formació i aconseguir una major ocupabilitat entre una franja de la ciutadania molt afectada pels alts nivells d'atur.

A continuació, s'ofereix un recopilatori de recursos que pot ser útil per als i les joves que es plantegen fer una estada a l'estranger, i que contribueix a donar una visió global de totes les alternatives de les que disposen per viatjar a l'estranger tot enriquint les seves vivències personals, educatives i professionals.



EINES I RECURSOS PER A JOVES

TREBALLAR A L'ESTRANGER

- **Xarxa Eures**

Xarxa de cooperació formada pels serveis públics de feina, sindicats i organitzacions patronals, que té com a objectiu facilitar la lliure circulació dels treballadors dins l'Espai Econòmic Europeu (EEE) i Suïssa.

S'ofereixen pràctiques en organismes públics i privats internacionals, de durada indefinida, i sense cost.

Va dirigit tant a sol·licitants de feina interessats en traslladar-se a un altre país a treballar o estudiar, com a empreses que desitgin contractar personal d'altres països.

ec.europa.eu/eures

- **Programes d'intercanvis d'associacions d'estudiants joventut universitària**

Associacions internacionals d'estudiants universitaris i universitàries gestionen programes d'intercanvi que permeten a les empreses tenir estudiants procedents de l'estranger en pràctiques de formació.

- Associació Internacional d'Estudiants d'Economia i Empreriarials (AIESEC): aiesec.org/spain

- Associació Internacional per a l'intercanvi d'Estudiants per a l'Experiència Tècnica (IAESTE):

iaeste.es

- **Ofer-Trabec**

Servei que ofereix la Fundació Catalana per a la Recerca dedicat a la distribució d'ofertes de treball públic i privat, així com beques, ajuts, premis, programes d'investigació, etc. La distribució d'aquesta informació arriba directament al correu electrònic sense necessitat de buscar-la.

rediris.es

- **Portals de feina per Internet**

Hi ha una sèrie de portals de recerca de feina a l'estranger, no només a nivell europeu, sinó també a arreu del món:

- **LinkedIn:** xarxa social professional més important del món, amb més de 150 milions d'usuaris i present en més de 200 països. Les empreses i "recruiters" cada cop busquen més professionals a través d'aquesta xarxa, i a més serveix per connectar amb persones amb coneixements similars.

linkedin.com



EINES I RECURSOS PER A JOVES

- **Eurojobs:** portal paneuropeu de feina que permet buscar treball en 42 països europeus en funció del país o del sector. S'han d'introduir les dades del CV al formulari en línia.
eurojobs.com
- **Linkup:** buscador d'ofertes de feina que fa servir els portals de les pròpies empreses (de diversos tamanys), evitant llistar ofertes duplicades en diversos portals.
linkup.com
- **Simplyhired:** plataforma de recerca de feina gratuïta i classificada tant per països d'arreu del món com per tipus de feina.
simplyhired.com
- **Monster:** plataforma on es poden trobar ofertes en tot el món i consells gratuïts sobre recerca de feina, consells per elaborar el CV o la carta de presentació.
monster.es

- **Agències de treball a l'estranger**

Els serveis que proporcionen aquestes agències no són gratuïts i cobren uns diners en concepte de despeses de tramitació. Els serveis poden ser des de la recerca de feina o pràctiques, a la recerca de cursos d'idiomes i famílies on allotjar-se, recerca d'estudis a l'estranger, etc.

És important informar-se dels drets i deures a l'hora de signar un acord amb aquestes empreses.

jovecat.gencat.cat

- **Feines a canvi d'allotjament**

Feines d'intercanvi en una granja, en una petita organització o en un negoci familiar en el qual, a canvi de la col·laboració, donen allotjament i manutenció. Hi ha moltes opcions diferents amb estades molt variables. Cal donar-se d'alta a la web i pagar una petita quota.

Va dirigit a gent a partir dels 18 anys (en alguns casos, 16 anys amb autorització parental).

- WWOOF (granges ecològiques): www.woof.net

- Workaway (diversos projectes d'una gran varietat de treballs i activitats): www.workaway.info

- **Treball al camp de temporada**

El treball en el camp recol·lectant fruites i hortalisses exigeix estar en bona forma física. S'ha de tenir en compte que suposa gastar-se uns diners en el transport i, en alguns casos, també l'allotjament. Tanmateix, és una bona experiència i no cal ser un expert en l'idioma, sinó que defensar-se per comunicar-se és suficient.

pickingjobs.com

pickyourown.org

anyworkanywhere.com



EINES I RECURSOS PER A JOVES

- ***Au pair***

Acord on un jove d'entre 18 i 26-30 anys conviu amb una família i els ajuda amb la cura dels infants i/o les tasques domèstiques lleugeres a canvi de l'allotjament, la manutenció i una petita quantitat de diners, per un màxim de 2 anys.

- International Au Pair Association: iapa.org

- Per a trobar una família sense cap agència: aupair-world.es // aupair.com



EINES I RECURSOS PER A JOVES

PRÀCTIQUES A L'ESTRANGER

- **Eurodissea**

Programa multilateral d'intercanvis de l'Assemblea de les Regions d'Europa (ARE) entre regions de Bèlgica, Bòsnia i Hercegovina, Croàcia, Espanya, França, Geòrgia, Itàlia, Portugal, Romania, Sèrbia, Suïssa i Xipre, que té per objectiu oferir als joves europeus i europees d'entre 18 i 30 anys la possibilitat d'adquirir experiència professional i millorar el coneixement i l'ús d'un idioma estranger, mitjançant la realització de pràctiques en empreses durant 3 i 7 mesos.

S'ha de tenir un coneixement suficient de l'idioma del país d'acollida i formació o experiència professional pràctica en l'àmbit laboral objecte de l'estada.

El programa ofereix un curs de llengua en l'idioma de la regió d'acollida i de pràctiques professionals en empreses. L'organització d'acollida proporciona allotjament, una compensació econòmica que permet fer front a les despeses d'allotjament i manutenció durant tota l'estada, un programa de visites i activitats de coneixement de la regió de destinació i l'assegurança. Els participants, però, es fan càrrec de les despeses i l'organització del viatge.

eurodyssee.eu

- **Programa Erasmus+**

Plataforma comú acordada per les Agències Nacionals del programa Erasmus+ per la publicació d'ofertes de pràctiques d'entre 3 mesos i 1 any, que permet a les empreses registrar les seves ofertes de pràctiques i als i les estudiants d'entre 18 i 30 anys i organitzacions buscar empreses interessades, amb unes opcions de filtrat que fan possible realitzar recerques adequades als objectius de cada institució.

Els joves reben unes ajudes per sufragar les despeses addicionals derivades de la mobilitat (principalment despeses de transport i de manutenció) derivats de l'estada a l'estranger.

erasmusintern.org

- **Pràctiques a institucions europees**

Programa de pràctiques, generalment amb una durada d'entre 3 i 5 mesos, i participació en un àmbit de treball de les institucions de Brussel·les, Luxemburg o Estrasburg, adreçat a joves d'entre 18 a 30 anys, tot i que algunes institucions accepten participants de més de 30 anys.

Han de ser estudiants d'universitat, diplomats/des o llicenciats/des que hagin cursat estudis relacionats amb l'àmbit de treball de la institució europea, amb coneixements profunds d'una de les llengües oficials de les mateixes (anglès i francès). Es valoren els estudis de postgrau i els coneixements d'altres llengües comunitàries.

Algunes institucions i òrgans comunitaris que convoquen pràctiques i estades són: la Comissió Europea, el Parlament Europeu, el Tribunal de Justícia de les Comunitats Europees, el comitè Econòmic i Social, el Comitè de Regions, el Consell de la Unió Europea i el Defensor del Poble Europeu.

Les pràctiques poden ser remunerades, en funció de les institucions.



EINES I RECURSOS PER A JOVES

- **Pràctiques al Parlament Europeu – Beques Schuman, Opció traducció**

Programa de pràctiques remunerades al Parlament Europeu que tenen com a objectiu completar la formació del nou i la nova titulat/da i oferir una experiència laboral a una institució europea durant 3-5 mesos.

europarl.europa.eu



EINES I RECURSOS PER A JOVES

ESTUDIS A L'ESTRANGER

- **Menors**

- **Comenius**

La Mobilitat d'alumnat Comenius és una iniciativa europea per permetre que l'alumnat d'educació secundària pugui estudiar durant un període d'entre 3 i 10 mesos en un centre educatiu d'un altre país europeu, vivint amb una família.

La mobilitat només pot desenvolupar-se entre centres educatius que participin o hagin participat en una associació escolar Comenius del Programa d'Aprenentatge Permanent o del seu precedent Sòcrates.

<http://oapee.es>

- **Batxillerat internacional**

Programa privat d'educació internacional en col·legis especialitzats. L'obtenció del batxillerat internacional permet accedir a les Universitats i les Escoles Tècniques sense haver de fer la selectivitat. La durada del mateix és d'entre 18 mesos i 2 anys.

Es pot cursar a:

- Col·legis del Mundo IB: ibo.org/es

- Col·legis del Mundo Unido (tenen beques): colegiosmundounido.es/

- **Estudis universitaris**

- **Una part de la carrera: Erasmus**

Estada d'un o dos trimestres de mobilitat acadèmica, adreçat a estudiants universitaris o de cicles formatius de grau superior. Els estudiants de primer curs no poden optar a aquestes beques, les quals estan destinades a cobrir una part de les despeses de mobilitat.

Cal contactar amb l'oficina de relacions internacionals del propi centre d'ensenyament.

Es pot optar a la beca MOBINT, que és complementària a la Beca Erasmus: gencat.cat/agaur

- **Tota la carrera**

Es pot cursar tota la carrera universitària en una universitat a l'estranger.

Recerca de cursos i carreres a Europa: Study in Europe: ec.europa.eu/education/

Cal informar-se sobre els sistemes educatius i convalidacions, reconeixement de títols, etc.: enic-naric.net



EINES I RECURSOS PER A JOVES

- **Màsters i postgraus**
 - **Programa Erasmus Mundus Joint Master Degrees (EMJMDs)**

Programa de cooperació i mobilitat en el camp de l'educació superior (màsters i post-graus) que pretén millorar la qualitat de l'educació superior europea i de promoure el diàleg i l'enteniment entre persones i cultures a través de la cooperació amb tercers països.

Moltes institucions demanen que es presentin les sol·licituds entre Octubre i Gener, pels cursos que comencen el següent any acadèmic.

<http://eacea.ec.europa.eu/>



EINES I RECURSOS PER A JOVES

APRENTATGE D'IDIOMES

- **Estades d'immersió lingüística**

- **Beques MEC per estudiar anglès, francès o alemany a l'estranger**

Estada d'un mínim de 3 setmanes a l'estranger per aprendre anglès, francès o alemany. Aquestes beques van dirigides a joves majors de 16 anys que estiguin matriculats o matriculades en alguna universitat, cicle formatiu de grau superior, arts plàstiques o disseny, ensenyaments artístics superiors o ensenyaments esportius, amb una nota mínima de l'expedient.

La quantia econòmica de la beca depèn del país de destí.

becasmecd.es/

- **Ajudes per cursos d'immersió en llengua anglesa de la Universitat Internacional Menéndez Pelayo**

Ajudes per una estada en règim d'internat a Granada, Santander, Cuenca o València, per cursos d'immersió en llengua anglesa d'una durada d'1 setmana, per desenvolupar i potenciar l'agilitat oral.

Està dirigit a estudiants que hagin obtingut la condició de becari del Ministeri d'Educació en els dos anteriors cursos. Un cop el MECD notifica les ajudes als adjudicataris, aquests han de complir un test a través de la plataforma de matriculació de la UIMP.

uimp.es

- **Cursos d'idiomes**

Es pot organitzar un curs de llengua a través d'una agència, o bé gestionar la recerca d'aquest per compte propi.

- a) **A través d'una agència**

Ofereixen un curs d'idioma ajustat a les pròpies condicions, així com l'allotjament, la manutenció i algunes activitats culturals o esportives.

Cercador d'agències: jovecat.gencat.cat

Institucions amb programes d'estudi d'idiomes a l'estranger:

itw.cat

cursosidiomas.com

grupovaughan.com

iccic.edu/

studyabroad.com

viajaryestudiar.com



EINES I RECURSOS PER A JOVES

ASEPROCE

Asociación Española de Promotores de Cursos en el Extranjero. Ofereix una informació experta i rigorosa sobre qualsevol aspecte relacionat amb la vivència de realitzar un curs escolar a l'estranger. Busquen l'allotjament, un curs d'idioma i també una feina, però tenen el seu preu.

aseproce.org

b) Per compte propi

Portal Europeu de la Joventut: europa.eu/youth

- Regne Unit: britishcouncil.org, englishuk.com/en/students
- Irlanda: acels.ie
- França: fle.fr, qualitefle.fr
- Alemanya: goethe.de/enindex.htm, fadaf.de



EINES I RECURSOS PER A JOVES

VOLUNTARIAT I COOPERACIÓ A L'ESTRANGER

- **Servei de Voluntariat Europeu (SVE)**

Programa europeu que permet a joves de 17 a 30 anys fer un voluntariat de 2 mesos a 1 any en una associació europea o mundial sense afany de lucre, en temes socials, de cooperació, medi ambient, art i cultura, joventut... L'objectiu del programa és fomentar i promoure la tolerància entre els joves, la ciutadania activa i la comprensió mútua, on a través de l'aprenentatge no formal, els joves poden millorar les seves competències educatives, professionals i personals. Per a realitzar un SVE es necessita una entitat d'enviament (Catalunya) i una entitat d'acollida (estranger) amb el seu corresponent projecte.

El programa ofereix el viatge, curs d'idioma del país, allotjament, manutenció i assegurances, i en el cas necessari el visat, així com uns diners de butxaca.

<http://bit.ly/2nfyNNZ>

Facebook: <http://bit.ly/2mDiLvC>

- **Intercanvis juvenils i formacions**

Experiències d'entre 5 a 21 dies a l'estranger que permeten a grups de joves d'entre 13 i 30 anys i els seus líders de grup desenvolupar les seves habilitats en un context multicultural, a partir de l'educació no formal.

Totes les despeses de transport, allotjament i manutenció estan cobertes per fons de la Comissió Europea.

salto-youth.net

- **Suport a la cooperació europea en l'àmbit de la joventut**

Programa de la UE que té com a objectiu promoure l'intercanvi de bones pràctiques i la cooperació entre administracions i responsables de polítiques de joventut a tots els nivells, fomentar el diàleg entre els joves i els responsables de polítiques de joventut, com també contribuir a la cooperació amb organismes internacionals en matèria de joventut.

ec.europa.eu

- **Cos Europeu de Solidaritat**

Nova iniciativa de la Unió Europea que té com a objectiu crear oportunitats per a que els joves d'entre 18 i 30 anys treballin com a voluntaris o col·laborin en projectes d'entre 2 mesos i 1 any als seus propis països o a l'estranger- que beneficiïn a comunitats i ciutadans de tota Europa.

europa.eu/



EINES I RECURSOS PER A JOVES

- **Camps de treball**

Experiència on els voluntaris i voluntàries es responsabilitzen de realitzar una feina de suport a la comunitat local en l'àmbit social, mediambiental, cultural, educatiu, etc., durant un període enter 1 i 3 setmanes. S'organitzen grups de joves de diferents procedències per afavorir l'intercanvi cultural i l'idioma vehicular del camp és l'anglès.

L'edat mínima és de 18 anys, però quan es tracta de països del Sud global normalment són 20 o 21.

Cal pagar tots els costos de viatge i assegurança, i una quota d'inscripció per a l'organització catalana (115-130€). En alguns casos l'organització local requereix una altra quota per participar al camp. Les despeses d'allotjament i manutenció queden cobertes, així com els processos obligatoris de formació prèvia i d'avaluació posterior.

Buscadors de camps de treball:

- Servei Civil Internacional de Catalunya (SCI): sci-cat.org
- Coordinadora d'Organitzadors de Camps de Treball de Catalunya (COCAT): cocat.org

- **Camps de solidaritat**

Experiència d'entre 3 setmanes i un mes on els voluntaris i voluntàries majors d'edat coneixen de primera mà la situació quotidiana dels països de l'Àfrica, l'Amèrica Llatina i l'Àsia, la feina de les seves organitzacions i els recursos de la població local per sortir endavant mitjançant la convivència quotidiana amb les comunitats. És un viatge en grup i totes les decisions es prenen en grup.

Cal pagar tots els costos de viatge i manutenció, una quota d'inscripció (80€), la formació prèvia i assegurança (175€) i 2 quotes trimestrals de soci de 33€.

setem.org/camps

- **Voluntariat per lliure**

Consisteix en fer un voluntariat a l'estranger, però contactant personalment amb les ONGD, parròquies o grups locals de solidaritat que també tenen projectes al Sud.

En el cas dels viatges per lliure, sempre que es disposi de temps, diners i capacitat d'adaptació, es pot buscar el contacte amb organitzacions locals per a col·laborar-hi. En alguns casos es pot contactar amb elles des d'aquí. En el cas que una entitat local accepti voluntaris, siguin locals o estrangers, tots ells hauran de fer-se càrrec de les seves despeses.



EINES I RECURSOS PER A JOVES

RECURSOS PER VIATJAR

- **Carnets útils**
 - **Carnet Jove Internacional (IYCT):**

Servei de la International Student Identity Card Association, una organització sense ànim de lucre associada a la International Student Travel Confederation ISTC. Permet gaudir d'avantatges i descomptes arreu del món durant un any a partir de la data d'expedició.

isic.org/
 - **Carnet d'estudiant internacional (ISIC):**

Servei de la International Student Identity Card Association. El carnet ISIC t'acredita com a estudiant a qualsevol país del món. Està reconegut per la Unesco i la Comunitat Europea i permet gaudir d'avantatges i descomptes arreu del món durant el curs acadèmic actual (de setembre fins desembre de l'any següent).

Va dirigit a estudiants a partir de 12 anys.

isic.org/
 - **Carnet d'alberguista:**

Carnet que permet accedir als albergs de la XANASCAT durant un any a partir de la data d'expedició. Alhora, permet gaudir de les més de 4.000 instal·lacions de la International Youth Hostel Federation (IYHF) situades als principals indrets turístics del món.

Va dirigit a:

 - JUVENIL: joves entre 14 i 29 anys.
 - ADULT: a partir de 30 anys.
 - GRUP: per membres d'entitats i associacions juvenils, amb un mínim de 10 persones.
 - FAMILIAR: famílies amb fills menors de 18 anys.

xanascap.cat/



EINES I RECURSOS PER A JOVES

Detalls pràctics

Oficines d'informació juvenil del país: europa.eu/youth

- **Visats i permisos**

- a) **Països de la UE:**

Passaport o DNI en vigor. Alguns països demanen un registre per a treballar o per a estades de més de 3 mesos.

Informa-te'n al consolat espanyol del país de destinació o a:

europa.eu/eures -> Apartat Vida y Trabajo.

mae.es/embajadas -> Llistat de consolats i ambaixades.

- b) **Països fora de la UE:**

Els visats i permisos (residència, estada, etc.) depenen del país de destinació i poden trigar i costar diners.

Demana la informació detallada a l'ambaixada o consolat espanyol del país de destinació:

mae.es/embajadas (Llistat de consolats i ambaixades).

- **Cobertura sanitària**

- a) **Europa:**

Targeta sanitària Europea per països de la UE + Islàndia, Liechtenstein, Noruega i Suïssa.

<http://bit.ly/2ml86pu>

- b) **Fora d'Europa:**

Varia segons els països i els convenis entre aquests; depèn també de quina sigui la nacionalitat de l'empresa per la qual treballa la persona desplaçada.

Llistat d'oficines de la Seguretat Social per treballadors internacionals.

Moltes vegades convé contractar una assegurança mèdica privada.

Més informació: gencat.cat/salut

- **Prestacions d'atur:**

<http://oficinadetreball.gencat.cat>

- **Currículum Europass + carta de motivació:**

europass.cedefop.europa.eu/



EINES I RECURSOS PER A JOVES

Beques

- **Ministeri d'educació i cultura**
<http://mecd.gob.es>
- **Guia d'ajuts de la UE (GAUE)**
Gabinet d'Integració Europea i Solidaritat (Diputació de Barcelona)
Informació sobre ajuts i programes situats dins de la secció d'Educació i Joventut.
gaue.diba.cat/

Més adreces d'interès

Secretaria General de Joventut. Departament d'Acció Social i Ciutadania

C. de Calàbria, 147
08015 Barcelona
Tel. 93 483 83 83

Instituto de la Juventud

C. Ortega y Gasset, 71
28006 Madrid
Tel. 91 363 77 40
erasmusplus.injuve.es/

Assessories personalitzades al territori del Baix Llobregat

Oficina Jove d'Emancipació

C/ Àngel Guimerà s/n
08950 Esplugues de Ll.
Tel. 661 987 690
A/e: jove.mobilitat@esplugues.cat
Dilluns, de 17.00 a 20.00

Centre de Recursos per a joves Can Xic

Parc de Can Xic, 1
08840 Viladecans
Tel. 93 647 00 24
A/e: mobilitatinternacional@viladecans.cat
Dimarts alterns, de 17.30 a 20.30



EINES I RECURSOS PER A JOVES

El Lloro, Serveis de Joventut

C/ del Mariscal Joffre, 3

08820 El Prat de Ll.

Tel. 93 478 50 77

A/e: mobilitat@joves.prat.cat

Dimarts alterns, de 17.00 a 20.00

Oficina Jove d'Emancipació, Casa Rovira

C/ Jacint Verdaguer, 27

08970 Sant Joan Despí

Tel. 93 477 17 62

A/e: mobilitat.sjd@gmail.com

Dimecres alterns, de 16.30 a 20.30

La Casa Gran

C/ Major, 37

08850 Gavà

Tel. 93 635 54 35

A/e: veronica.peral@taccbcn.com

Dimecres alterns, de 17.00 a 20.00

Kasal de joves – Centre Cívic Frederic Mompou

Plaça Joan XXIII, 10

08860 Castelldefels

Tel. 93 636 41 44

A/e: veronica.peral@taccbcn.com

Dijous alterns, de 17.00 a 20.00

Espai Jove La Capella

C/ Albacete, 1-9

08620 Sant Vicenç dels Horts

Tel. 93 676 97 80

A/e: mobilitatlacapella@gmail.com

Dijous alterns, de 17.00 a 20.00