

Treballar a l'estranger

ABANS DE PRENDRE UNA DECISIÓ

Treballar a l'estranger és una **oportunitat per desenvolupar-se professionalment** i personalment. Aquesta decisió pot estar impulsada per diferents motius, per això és necessari analitzar les motivacions i a què responen, i prendre'n consciència. Amb aquesta informació, podràs definir de quina manera, i a través de quins canals, escolliràs el nou país de destí i també els tràmits que has de preparar amb anterioritat al viatge.

“Defineix quina motivació o motivacions et mouen per saber cap a on dirigir-te”

Hi ha una sèrie d'aspectes a tenir en compte:

- **Conèixer la motivació** per marxar (creixement professional, aprendre idiomes, etc.)
- **Conèixer el teu perfil** (nivell d'idiomes, perfil professional, estudis, etc.)
- **Conèixer el mercat de treball**, en sentit ampli, de les diferents destinacions que et planteges (taxa d'atur, desenvolupament de les empreses del sector, etc.)

A partir de les respostes en aquests apartats, has de decidir la regió de destí (Unió Europea, països occidentals...), ja que en funció d'això hauràs de preparar-te d'una forma o altra. De la mateixa manera, escollir si hi vas per a un període de temps limitat, o bé de llarga durada, influirà en els tràmits i la gestió.

Així doncs, una vegada hagis reflexionat sobre aquests aspectes inicials, és el moment de **decidir per on comences a buscar**. T'oferim diversos recursos útils per facilitar la teva cerca.

ARA QUE JA SÉ QUÈ VULL I ON HO VULL, QUINS CANALS UTILITZO? PER ON COMENÇO?

Segons la teva motivació, el primer aspecte a tenir en compte, hi ha uns canals o uns altres.

Si les teves motivacions són:

- **Aprentatge d'idiomes**
- **Conèixer noves cultures**
- **Creixement personal**

Et poden ser d'interès els recursos de les següents taules, sobre [treball temporal](#) o sobre [voluntariat internacional](#).

Si les teves motivacions són:

- **Desenvolupament professional**, adquirir experiència
- **Millorar les teves condicions**
- Necessitat d'obrir **noves oportunitats** a causa de les millors expectatives laborals al país de destinació

Et poden ser d'interès els recursos de les següents taules, sobre [contractes laborals](#) o sobre [pràctiques](#).

QUINS TRÀMITS I DOCUMENTS NECESSITO ABANS DE MARXAR?

Abans de marxar, has de tenir en compte quins documents i tràmits has de fer a Catalunya o a l'estranger. Els tràmits legals necessaris difereixen si es tracta d'un país de la Unió Europea o si és un país extracomunitari. A més, estaran també condicionats per la durada de la teva estada.

Visats i permisos:

Com et dèiem, seran necessaris o no en funció del destí. En alguns països europeus es demana un **permís de treball**, per tant el primer pas serà demanar informació al consolat espanyol del país de destinació.

Sobre els països de fóra de la UE hi ha **legislacions diferents segons la regió**. Recomanem revisar els tràmits amb antelació, ja que moltes vegades aconseguir els permisos requerits pot ser un procés llarg que duri mesos.

Pots consultar **més informació** al següent [enllaç](#).

Cobertura sanitària:

Pel que fa a la **seguretat social**, tingues en compte que alguns països han subscrit conveni amb Espanya, amb la qual cosa el primer pas és comprovar si la destinació escollida el té per tal d'acollir-se a la seva sanitat pública.

Si decideixes contractar una **cobertura privada**, consulta les condicions de cada assegurança mèdica, atès que algunes ofereixen altres serveis complementaris.

I, si ets jove, és possible que el teu compte bancari o bé algun carnet de soci d'una entitat o organisme públic inclogui una assegurança privada o cobertura mèdica a l'estranger. Comprova-ho abans de marxar.

Pots consultar més informació al següent [enllaç](#).

Convalidació dels estudis o el títol de CFGS o grau universitari:

Si la decisió de marxar té com a objectiu treballar o fer pràctiques laborals, també has de comprovar la validesa dels teus estudis a l'estranger.

D'una banda, és necessari el **reconeixement acadèmic** per tal que un país estranger l'accepti i, de l'altra, també és interessant que, si et formes fora, aquest curs o cursos siguin fàcilment reconeguts en tornar.

Abans de marxar, consulta:

- El teu centre de formació, si vols continuar estudiant a l'estranger
- El Ministeri relacionat amb la teva professió per al reconeixement del teu títol per treballar fora (per exemple, el de [Professionals de la Sanitat](#) o el de [Professionals de l'Educació](#))
- El [Ministeri d'Educació](#) per a la gestió i convalidació de títols acadèmics
- Els [Centres Nacionals d'Informació](#) sobre el Reconeixement Acadèmic (NARIC)
- El [Servei d'Acompanyament al Reconeixement Universitari](#) (SARU)

Quan tornis, informa't a:

- El [Ministeri d'Educació](#) per a la gestió i convalidació de títols acadèmics
- El [Consorci d'Educació](#) de Barcelona (estudis no-universitaris)
- La delegació del govern d'[Alta Inspecció d'Educació](#) (estudis universitaris)
- El [Servei d'Acompanyament al Reconeixement Universitari](#) (SARU)

Prestació d'atur:

En funció de la durada i de les condicions de la teva estada a l'estranger, hauràs de consultar quins tràmits realitzar i quins reptes pots trobar-te.

Si estàs cobrant prestació d'atur i vols marxar

En cas de percebre una prestació contributiva, un subsidi per atur, o la renda activa d'inserció (RAI) i traslladar-te a l'estranger, les condicions de la prestació variaran segons el motiu i la duració del trasllat.

- **Si et trasllades menys d'un any per motius laborals**, cooperació internacional o perfeccionament professional, és obligatori comunicar-ho al SEPE i que aquest ho autoritzi. Cal tenir en compte que si el trasllat és inferior a dotze mesos continuats, la prestació se suspèn. A més, si no comuniqués al SEPE el teu trasllat a l'estranger, això suposa una infracció i l'extinció del dret a la prestació.
- **Si et trasllades un any o més per motius laborals**, cooperació internacional o perfeccionament professional, la prestació o subsidi s'extingeix. En cas de percebre la RAI, l'ajuda s'extingeix als sis mesos.

Consulta els tràmits necessaris i les condicions a l'[oficina del SOC](#) més propera. També pots trobar més informació al SEPE, al següent [enllaç](#).

Si vols cobrar prestació d'atur pel temps treballat a l'estranger

Si la teva intenció és treballar al país on marxis informa't de com quedarà reflectida aquesta experiència laboral en retornar, i si has de gestionar algun document per tal de poder sol·licitar una prestació per desocupació.

- **Prestació per a emigrant que retorna.** Si s'ha extingit la teva relació laboral a l'estranger, quan retornis pots tenir dret a alguna prestació en cas de reunir els requisits necessaris. Aquestes prestacions són diferents en funció de si retornes d'un estat que pertany a la Unió Europea o no. Són gestionades pel Servei Públic d'Ocupació Estatal i per accedir-hi és obligatori que t'inscrivis al Servei Públic d'Ocupació de Catalunya (el SOC) com a demandant de feina. Pots trobar més informació en aquest [enllaç](#) o bé consultar el SEPE al següent [enllaç](#).
- **Pla d'Ajuda al Retorn (PAR)** de la Generalitat de Catalunya. Si en retornar per establir la teva residència et trobes en una situació de necessitat o desprotecció, consulta el PAR. Aquest inclou actuacions i mesures de suport, com ara una prestació econòmica de pagament únic per als casos en què s'acredita manca de recursos econòmics, o informació i orientació en diversos àmbits. Pots trobar més informació en aquest [enllaç](#).

SI CERQUES TREBALL TEMPORAL:

Canals i ofertes		
Àmbit	Recurs	Objectiu
AU PAIR	Au Pair International IAPA Au Pair Childcare International Connect Au Pair	Pàgines web per tal de posar en contacte a famílies i <i>au pairs</i> de tot el món, que es dediquen a la cura dels i les infants.
CREUERS	All cruise Jobs Princess cruises	Pàgines web amb una borsa de treball de temporada en creuers d'arreu del món.
ESTACIONAL	Season workers Fish4jobs	Pàgina que ofereix una borsa de treball temporal internacional.
FEINA D'ESTIU	SummerJobs Summer Job Finder Cool Works	Pàgines web que funcionen com a borses de treball només per al període d'estiu.
HOSTALERIA	Me voy al extranjero Euro-practice Euro Hotel Jobs Trabajar por el Mundo	Pàgines web que ofereixen llocs de feina per treballar en hostaleria arreu del món.
PROFESSORAT CASTELLÀ	Me voy al mundo	Borsa de treball per treballar com a docent en llengua castellana.

SI T'INTERESSA EL VOLUNTARIAT INTERNACIONAL:

Canals i ofertes		
Àmbit	Recurs	Objectiu
MEDI AMBIENT	Wwoof Eco tur	Voluntariat en granges i establiments o cooperatives ecològiques.
SERVEIS SOCIALS	Servei Voluntari europeu Servei Civil internacional Cocat	Organitzacions que ofereixen voluntariat pels drets humans i drets socials.

SI ET DECANTES PER L'OPCIÓ DE TREBALL ESTABLE:

Canals i ofertes		
Àmbit	Recurs	Objectiu
INFORMACIÓ PÚBLICA	Europa.eu/youth	Centres, organitzacions i entitats d'informació pública que et poden aconsellar amb els tràmits, les tasques a dur a terme abans de marxar...
	Centre Europa Jove	
	Ec.europa/Eures	
	Ambaixades/Consulats	
SECTOR DE LA SALUT I TÈCNIC	Oficines Mobilitat BCN	Pàgines web d'associacions, federacions, etc., d'un àmbit concret d'estudi, que ofereixen una borsa de treball amb ofertes arreu d'Europa (i a vegades del món) en els sectors de les ciències de la salut i carreres tècniques.
	European Nurses	
	Pharmaceutical EU	
	Federation Veterinarians	
	European Dentists	
	Biologists Association	
	Biophysical Societies	
	European Ophthalmology	
	Confed. Physical Therapy	
	Industrial Engineer	
SECTOR SOCIAL, JURÍDIC I ARTÍSTIC	Fed. of Psychologists	Pàgines web amb borsa de treball amb ofertes arreu d'Europa (i a vegades del món) en els sectors de les ciències socials, jurídiques i sector artístic.
	Teaching Jobs	
	Cultural Mobility	
	Circostrada network	
	ACM Jobs	
	Law Careers.Net	

SI T'AGRADARIA FER PRÀCTIQUES PROFESSIONALS A L'ESTRANGER:

Canals i ofertes		
Àmbit	Recurs	Objectiu
PROGRAMES PÚBLICS FINANÇATS	Erasmusplus.gob.es	Els diversos organismes d'Administració pública, des de la Generalitat de Catalunya fins a la Comissió Europea, financen programes públics de pràctiques professionals, que requereixen estudis superiors -generalment universitaris- en un àmbit determinat.
	IAESTE.es	
	Universia.es	
	Eurodissea	
	AECID.es	
	Euraxess	
PROGRAMES D'ENTITATS PRIVADES	ICEX	Empreses privades amb cofinançament públic que ofereixen programes de mobilitat arreu del món.
	AGAUR.gencat	
	AIESEC.org.es	
	Leonardo	

Descobreix tot el que Barcelona Activa et pot oferir



Acompanyament durant
tot el procés de recerca
de feina

barcelona.cat/treball



Suport per posar en marxa la
teva idea de negoci

barcelona.cat/emprenedoria



Impuls a les empreses per ser
més competitives

barcelona.cat/empreses



Formació tecnològica i gratuïta per
a les persones en recerca de feina,
emprenedors, empreses...

barcelona.cat/cibernarium

Barcelona Activa

Seu Central

Llacuna, 162-164
08018 Barcelona
+34 934 019 777
barcelonactiva.cat

Accés

Metro: L1 Glòries i Clot / L2 Clot
Bus: 7 / B21 / H12 / 60 / 92 / 192
Rodalies: R1 i R2 Clot
Tramvia: T4 Ca l'Aranyó /
T5 i T6 Can Jaumandreu
Bicing: 42 / 133 / 132



Segueix-nos a les xarxes socials:

-  [barcelonactiva](https://www.facebook.com/barcelonactiva)
-  [barcelonactiva](https://twitter.com/barcelonactiva)
[bcn_empresa](https://twitter.com/bcn_empresa)
[elcibernarium](https://twitter.com/elcibernarium)
-  [company/barcelona-activa](https://www.linkedin.com/company/barcelona-activa)