

Trabajar en el extranjero

ANTES DE TOMAR UNA DECISIÓN

Trabajar en el extranjero es una **oportunidad para desarrollarse profesional y personalmente**. Esta decisión puede venir impulsada por diferentes motivos, por esto es necesario analizar las motivaciones y sus causas, y tomar conciencia. Con esta información, podrás definir de qué manera, y a través de qué canales escogerás el nuevo país de destinación y también los trámites que tienes que preparar con anterioridad al viaje.

“Define qué motivación o motivaciones te mueven para saber hacia dónde dirigirte”

Hay una serie de aspectos a tener en cuenta:

- **Conocer la motivación** para irse (crecimiento profesional, aprender idiomas, etc.)
- **Conocer tu perfil** (nivel de idiomas, perfil profesional, estudios, etc.)
- **Conocer el mercado de trabajo** en sentido amplio, de las diferentes destinaciones que te planteas (tasa de paro, desarrollo de las empresas del sector, etc.)

A partir de las respuestas en estos apartados, tienes que decidir la región de destino (Unión Europea, países occidentales...), ya que en función de esto tendrás que prepararte de una forma u otra. De la misma manera, escoger si te vas por un período de tiempo limitado, o bien de larga duración, influirá en los trámites y la gestión.

Así pues, una vez hayas reflexionado sobre estos aspectos iniciales, es el momento de decidir por donde empiezas a buscar. Te ofrecemos diversos recursos útiles para facilitar tu búsqueda.

AHORA QUE YA SÉ QUÉ QUIERO Y DÓNDE LO QUIERO, ¿QUÉ CANALES UTILIZO? ¿POR DÓNDE EMPIEZO?

Según tu motivación, el primer aspecto a tener en cuenta, hay unos canales u otros.

Si tus motivaciones son:

- **Aprendizaje de idiomas**
- **Conocer nuevas culturas**
- **Crecimiento personal**

Pueden ser de tu interés los recursos de los siguientes gráficos, sobre [trabajo temporal](#) o sobre [voluntariado internacional](#).

Si tus motivaciones son:

- **Desarrollo profesional**, adquirir experiencia
- **Mejorar tus condiciones**
- Necesidad de abrir **nuevas oportunidades** a causa de las mejores expectativas laborales en el país de destinación

Pueden ser de tu interés los recursos de los siguientes gráficos, sobre [contratos laborales](#) o sobre [prácticas](#).

¿QUÉ TRÁMITES Y DOCUMENTOS NECESITO ANTES DE IRME?

Antes de irte, tienes que tener en cuenta qué documentos y trámites tienes que hacer en Cataluña o en el extranjero. Los trámites legales necesarios difieren si se trata de un país de la Unión Europea o si es un país extracomunitario. Además, estarán también condicionados por la duración de tu estancia.

Visados y permisos:

Cómo decíamos, serán necesarios o no en función del destino. En algunos países europeos se pide un **permiso de trabajo**, por tanto, el primer paso será pedir información al consulado español del país de destino.

Sobre los países de fuera de la UE hay **legislaciones diferentes según la región**. Recomendamos revisar los trámites con antelación, ya que muchas veces conseguir los permisos requeridos puede ser un proceso largo que dure meses.

Puedes consultar **más información** al siguiente [enlace](#).

Cobertura sanitaria:

Sobre la **seguridad social**, ten en cuenta que algunos países han suscrito un convenio con España, con la cuál cosa el primer paso es comprobar si la destinación escogida lo tiene para poder acogerse a su sanidad pública.

Si decides contratar una **cobertura privada**, consulta las condiciones de cada seguro médico, ya que algunos ofrecen otros servicios complementarios.

Y, si eres joven, es posible que tu cuenta bancaria o bien algún carnet de socio de una entidad u organismo público incluya un seguro privado o cobertura médica en el extranjero. Compruébalo antes de irte.

Puedes consultar más información en el siguiente [enlace](#).

Convalidación de los estudios o el título de CFGS o grado universitario

Si la decisión de irte tiene como objetivo trabajar o hacer prácticas laborales, también tienes que comprobar la validez de tus estudios en el extranjero.

Por un lado, es necesario el **reconocimiento académico** para que el país extranjero lo acepte y, por otro, también es interesante que, si te formas fuera, este curso o cursos sean fácilmente reconocidos.

Antes de irte, consulta:

- Tu centro de formación, si quieres continuar estudiando en el extranjero
- El Ministerio relacionado con tu profesión para el reconocimiento de tu título para trabajar fuera (por ejemplo, el de [Profesionales de la Sanidad](#) o el de [Profesionales de la Educación](#))
- El [Ministerio de Educación](#) para la gestión y convalidación de títulos académicos
- Los [Centros Nacionales de Información](#) sobre el Reconocimiento Académico (NARIC)
- El [Servicio de Acompañamiento al Reconocimiento Universitario](#) (SARU)

Cuando vuelvas, infórmate en:

- El [Ministerio de Educación](#) para la gestión y convalidación de títulos académicos
- El [Consorcio de Educación](#) de Barcelona (estudios no-universitarios)
- La delegación del gobierno de [Alta Inspección de Educación](#) (estudios universitarios)
- El [Servicio de Acompañamiento al Reconocimiento Universitario](#) (SARU)

Prestación de paro:

En función de la duración y de las condiciones de tu estancia en el extranjero, tendrás que consultar qué trámites realizar y qué retos puedes encontrarte.

Si estás cobrando prestación de paro y quieres irte

En caso de percibir una prestación contributiva, un subsidio de paro, o la renta activa de inserción (RAI) y trasladarte al extranjero, las condiciones de la prestación variaran según el motivo y la duración del traslado.

- **Si te trasladas menos de un año por motivos laborales**, cooperación internacional o perfeccionamiento profesional, es obligatorio comunicarlo al SEPE y que este lo autorice. Es necesario tener en cuenta que, si el traslado es inferior a doce meses continuados, la prestación se suspende. Además, si no comunicas al SEPE tu traslado al extranjero, esto supone una infracción y la extinción del derecho a la prestación.
- **Si te trasladas un año o más por motivos laborales**, cooperación internacional o perfeccionamiento profesional, la prestación o subsidio se extingue. En caso de percibir la RAI, la ayuda se extingue a los seis meses.

Consulta los trámites necesarios y las condiciones a la [oficina del SOC](#) más cercana. También puedes encontrar más información al SEPE, en el siguiente [enlace](#).

Si quieres cobrar prestación de paro por el tiempo trabajado en el extranjero

Si tu intención es trabajar en el país de destino, infórmate de cómo quedará reflejada esta experiencia laboral al regresar, y si tienes que gestionar algún documento para poder solicitar una prestación por desocupación.

- **Prestación para el emigrante que regresa.** Si se ha extinguido tu relación laboral en el extranjero, cuando regreses puedes tener derecho a alguna prestación en caso de reunir los requisitos necesarios. Estas prestaciones son diferentes en función de si regresas de un estado que pertenece a la Unión Europea o no. Son gestionadas por el Servicio Público de Ocupación Estatal y para acceder es obligatorio que te inscribas al Servicio Público de Ocupación de Cataluña (el SOC) como demandante de trabajo. Puedes encontrar más información en este [enlace](#) o bien consultando el SEPE en el siguiente [enlace](#).
- **Plan de Ayuda al Retorno (PAR)** de la Generalitat de Cataluña. Si en regresar para establecer tu residencia te encuentras en una situación de necesidad o desprotección, consulta el PAR. Este incluye actuaciones y medidas de apoyo, como una prestación económica de pago único para los casos en que se acredita falta de recursos económicos, o información y orientación en varios ámbitos. Puedes encontrar más información en este [enlace](#).

SI BUSCAS TRABAJO TEMPORAL:

Canales y ofertas		
Ámbito	Recurso	Objetivo
AU PAIR	Au Pair International IAPA Au Pair Childcare International Connect Au Pair	Páginas web para poner en contacto a familias y <i>au pairs</i> de todo el mundo, que se dedican a la cura de los niños y niñas.
CREUERS	All cruise Jobs Princess cruises	Páginas web con una bolsa de trabajo de temporada en cruceros de todo el mundo.
ESTACIONAL	Season workers Fish4jobs	Páginas que ofrecen una bolsa de trabajo temporal internacional.
FEINA D'ESTIU	SummerJobs Summer Job Finder Cool Works	Páginas web que funcionan como bolsas de trabajo solo para el período de verano.
HOSTALERIA	Euro-practice Europe Hotels Intenacional Trabajar por el Mundo	Páginas web que ofrecen puestos de trabajo en hostelería de todo el mundo.
PROFESSORAT CASTELLÀ	Me voy al mundo	Bolsa de trabajo para trabajar como docente en lengua castellana.

SI TE INTERESA EL VOLUNTARIADO INTERNACIONAL:

Canales y ofertas		
Ámbito	Recurso	Objetivo
MEDIO AMBIENTE	Wwoof Eco tur	Voluntariado en granjas y establecimientos o cooperativas ecológicas.
SERVICIOS SOCIALES	Servicio Voluntario europeo Servicio Civil internacional Cocat	Organizaciones que ofrecen voluntariado por los derechos humanos y derechos sociales.

SI TE DECANTAS POR LA OPCIÓN DE TRABAJO ESTABLE:

Canales y ofertas		
Ámbito	Recurso	Objetivo
INFORMACIÓN PÚBLICA	Europa.eu/youth	Centros, organizaciones y entidades de información pública que te pueden aconsejar con los trámites, las tareas a llevar a cabo antes de partir...
	Eurodesk España	
	Ec.europa/Eures	
	Embajadas/Consulados	
SECTOR DE LA SALUD Y TÉCNICO	Asessori movilidad internacional BCN	Páginas web de asociaciones, federaciones, etc., de un ámbito concreto de estudio, que ofrecen una bolsa de trabajo con ofertas en toda Europa (y en ocasiones en el mundo) en los sectores de las ciencias de la salud y carreras técnicas.
	European Nurses	
	Pharmaceutical EU	
	Federation Veterinarians	
	European Dentists	
	Biologists Association	
	Biophysical Societies	
	European Ophthalmology	
	Confed. Physical Therapy	
	Industrial Engineer	
SECTOR SOCIAL, JURÍDICO Y ARTÍSTICO	Fed. of Psychologists	Páginas web con bolsa de trabajo con ofertas toda Europa (y en ocasiones del mundo) en los sectores de las ciencias sociales, jurídicas y sector artístico.
	Teaching Jobs	
	Cultural Mobility	
	Circostrada network	
	ACM Jobs	
	Law Careers.Net	

SI TE GUSTARÍA HACER PRÁCTICAS PROFESIONALES EN EL EXTRANJERO:

Canals i ofertes		
Ámbito	Recurso	Objetivo
PROGRAMAS PÚBLICOS FINANCIADOS	Erasmusplus.gob.es	Los diversos organismos de administración pública, desde la Generalitat de Cataluña hasta la Comisión Europea, financian programas públicos de prácticas profesionales, que requieren estudios superiores -generalmente universitarios- en un ámbito determinado.
	IAESTE.es	
	Universia.es	
	Eurodissea	
	AECID.es	
	Euraxess	
	ICEX	
	AGAUR.gencat	
PROGRAMAS DE ENTIDADES PRIVADAS	AIESEC.org.es Leonardo	Empresas privadas con cofinanciación pública que ofrecen programas de movilidad en todo el mundo.