



Sem limites...nem fronteiras

Adora viajar, conhecer outras culturas e até já pensou em trabalhar num país estrangeiro?

Se é este o seu sonho prepara-se porque a sua vida vai mudar e, para que tudo corra bem, é fundamental preparar bem esta nova etapa. O GEPE ajuda-o. Pronto para o desafio?

Num mundo fortemente globalizado, trabalhar fora do país é cada vez mais normal. Trabalhar no estrangeiro abre horizontes, enriquece a experiência e dar-lhe-á argumentos para mais facilmente se inserir no mercado de trabalho, seja em Portugal seja em qualquer outro país. No entanto, apesar de poder parecer simples, há que estar bem informado para poder fazer as opções certas.

Este é um passo importante que deve ser muito bem preparado.

Antes de mais tem de definir se quer começar logo por um emprego ou se gostaria de começar por um estágio? Se é um emprego e ainda não tem uma oferta, tem de escolher se prefere trabalhar na Europa ou em qualquer outro país do mundo.

Não se esqueça que ao mudar de país, vai mudar muita coisa. Cultura, clima, hábitos, legislação, moeda, religião, etc. etc. Quanto melhor for a preparação, mais facilmente a sua experiência será bem sucedida. Aqui ficam alguns conselhos:

Europa: Um dos primeiros passos pode ser dado com a EURES [www.eures.europa.eu](http://www.eures.europa.eu). Esta é a rede europeia de serviços de emprego e tem como intuito facilitar a livre circulação dos trabalhadores no Espaço Económico Europeu e na Suíça. Criada em 1993, a rede tem como parceiros os serviços públicos de emprego, os sindicatos e as organizações de empregadores. Este portal para além de disponibilizar informação sobre a circulação de trabalhadores, situação e tendências evolutivas do mercado de trabalho, condições de vida e trabalho nos 31 países membros da rede, este portal proporciona também uma bolsa de emprego e divulga diariamente mais de 1 milhão de ofertas de emprego. Aqui poderá candidatar-se às ofertas de trabalho disponibilizadas. Sabia que quem procura estes serviços são principalmente jovens? Mais de 64% têm idade igual ou inferior a 35 anos.

No EURES tem também informações práticas sobre o país que escolher. Não deixe de as ler. Fora da Europa: Para quem opta por sair da Europa encontrará a informação mais dispersa. Os critérios de selecção deverão ser mais cuidadosos porque como a oferta não é triada podem aumentar as ofertas pouco aconselháveis.

Há inúmeros sites que disponibilizam informação sobre empregos em todo o mundo. Para aceder a esses sites vá a [ForumEmprego.pt](http://ForumEmprego.pt) e clique em

Estágios: Se esta é a sua opção então comece por pesquisar no site do programa Inov Contacto ( <http://live.networkcontacto.com/pt/Paginas/default.aspx> ) Este programa , liderado pelo Ministério da Economia através do AIECEP, teve no ano de 2009, mais de 2000 candidatos, tendo partido para estágio cerca de 550. Consulte o site.

Outra das instituições que promove estágios internacionais é a AIESEC - <http://www.aiesec.org/cms/aiesec/AI/Western%20Europe%20and%20North%20America/PORTUGAL/Estudantes/Pq/index.html> - Esta

Associação de estudantes, está presente em mais de 100 países e desenvolveu um completo programa de estágios que podem ser uma boa oportunidade de fazer a sua primeira experiência profissional no estrangeiro.

Há ainda um site da União Europeia com vários links para instituições que promovem estágios. Descubra aquele que se coaduna com o seu perfil: [http://europa.eu/youth/working/traineeships/index\\_eu\\_pt.html](http://europa.eu/youth/working/traineeships/index_eu_pt.html) Para saber mais não

perca tempo vá a [www.forumemprego.pt](http://www.forumemprego.pt)

---

### Como pode candidatar-se a um emprego na Europa?

Inscreva-se através do Portal Europeu da Mobilidade dos Trabalhadores ( [www.eures.europa.eu](http://www.eures.europa.eu) ). Ao seleccionar "Procurar emprego" tem acesso a vagas de emprego em 31 países europeus. Para tal, faça o seu registo gratuito em "O meu EURES" para candidatos a emprego. Aí poderá criar o seu CV e torná-lo acessível aos empregadores registados e aos conselheiros EURES, que ajudam os empregadores a encontrar os candidatos adequados. Depois basta esperar que entrem em contacto consigo para as acções de recrutamento, que decorrem geralmente em Lisboa e no Porto. Caso tenha dúvidas, pode sempre entrar em contacto com o centro de emprego do IEFP

mais perto de si.

---

### ACABE COM AS DÚVIDAS

#### **Quais as vantagens de se mudar para outro país?**

É uma verdadeira mudança de ambiente, novos horizontes pessoais, contacto diário com uma cultura diferente. Encontra aqui a oportunidade ideal de aprender uma nova língua e de obter novas experiências profissionais.

Tem livre acesso a qualquer tipo de emprego, se se mudar para outro país europeu?

Alguns países condicionam o acesso a determinadas actividades profissionais ou outras qualificações específicas. É muito importante saber se a profissão está regulamentada ou não (para o caso de algumas profissões). As profissões regulamentadas são aquelas restritas a pessoas com determinadas habilitações (advogados, contabilistas, professores, engenheiros, paramédicos, médicos, dentistas, cirurgiões veterinários, farmacêuticos e arquitectos, por exemplo).

#### **Qual é o tipo de currículo mais adequado para utilizar a nível europeu?**

Um Curriculum Vitae claro, bem estruturado e direccionado para um emprego específico na língua do país de acolhimento. Encontre o modelo em <http://www.cedefop.europa.eu/>.