



MOVE &

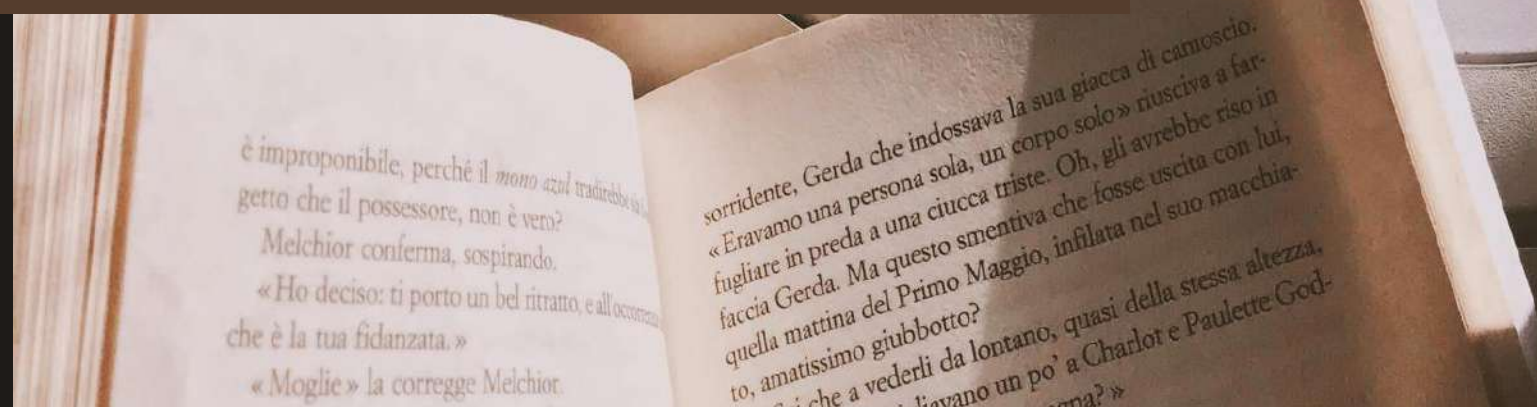
**OPORTUNITATS PER A JOVES A
L'ESTRANGER**

LEARN

PER COMENÇAR...

QUÈ HE DE TENIR UNA MICA CLAR

- . Tenir clares les motivacions per marxar.
- . Planificar el viatge.
- . Estalviar una mica.
- . Tenir la documentació necessària.
- . Saber més o menys quant de temps vull marxar.
- . Determinar la zona on vull marxar.





PER COMENÇAR...

DOCUMENTACIÓ

- DNI vigent i que no caduqui durant l'estança
- **Passaport / Visat** - en funció del país destí
- [Targeta Sanitària Europea](#) - si viatges dins la UE
- **Assegurança de viatge** - Carnet Jove Caixa
- [Carnet Estudiant Internacional](#) - descomptes
- [Carnet Jove Internacional](#) - descomptes
- [Carnet Alberguista Internacional](#)

VOLUNTARIATS

INTERNACIONALS

Un VOLUNTARIAT és aquell acte altruista que es desenvolupa per aconseguir una transformació social. Els voluntariats en cap cas han de substituir una persona treballadora i poden ser dotats de petites ajudes perquè no suposi una pèrdua per a la persona voluntària.

La persona VOLUNTÀRIA no ha de ser expert en aquella temàtica. Si aquesta necessita algun procés d'aprenentatge, ha de ser cobert per l'organització des d'on es desenvolupa l'activitat.

CAMP DE TREBALL



- **DESTINATARIS:** joves a partir de 14 anys - tot i que hi ha més oferta a partir dels 18 anys
- **DURADA:** 2-3 setmanes
- **TIPOLOGIA:** Estades en grup
- **DESCRIPCIÓ:** Estades generalment a l'estiu en que es combinen activitats lúdiques amb la col·laboració en un projecte concret. Es realitzen tasques de servei a la comunitat: ajudant a persones, fent tasques de protecció a la natura, intervencions en el patrimoni, festivals i organització d'activitats, o tasques de tipus arqueològic (entre d'altres).
- **IDIOMA VEHICULAR:** Majoritàriament Anglès
- **ENTITATS:** [COCAT](#), [SETEM](#), [SERVEI CIVIL INTERNACIONAL](#), [FUDANCIÓ PROIDE](#)
- **COST:** Quota entitat, despeses del projecte i desplaçaments.

COS EUROPEU SOLIDARITAT



- **DESTINATARIS:** 17 - 30 anys
- **DURADA:** entre 2 setmanes i màxim 1 any
- **TIPOLOGIA:** Estadets individuals
- **DESCRIPCIÓ:** Participació en projectes que contribueixen a la tasca diària d'organitzacions que treballen la participació cívica, l'assistència social, la inclusió dels més desfavorits, el medi ambient, les polítiques de joventut, la cooperació al desenvolupament, tecnologies de la informació i comunicació (TICS), la cultura, entre d'altres. El programa cobreix l'estança, la manutenció, els desplaçaments (anada i tornada + interns), curs idioma local i diners de butxaca.
- **IDIOMA VEHICULAR:** En funció del país destí
- **ENTITATS:** Unió Europea - [Portal Europeo de la Joventut](#)
- **COST:** despeses personals - la majoria de despeses estan cobertes pel programa

INTERCANVI JUVENIL

- **DESTINATARIS:** 13 - 30 anys
- **DURADA:** 5 a 21 dies
- **TIPOLOGIA:** Estadets grupals
- **DESCRIPCIÓ:** Participació en activitats d'educació no formal. La temàtica va lligada a les prioritats de la Unió Europea i la promoció de valors, i es treballa des de l'esport, la cultura, la cuina, entre d'altres. El programa cobreix l'allotjament, manutenció, assegurança, les activitats i una ajuda econòmica per pagar el desplaçament. Organitzat per entitats locals.
- **IDIOMA VEHICULAR:** En funció del país destí
- **ENTITATS:** [Catalunya Voluntària](#), [Vibria Intercultural](#), [COCAT](#)
- **COST:** despeses personals i una part dels desplaçaments- la majoria de despeses estan cobertes pel programa

CAMP DE SOLIDARITAT

- **DESTINATARIS:** a partir de 18 o 21 anys
- **DURADA:** entre 2 mesos i 1 any
- **TIPOLOGIA:** Estades en grup o individuals
- **DESCRIPCIÓ:** Estades de sensibilització on es coneix un país en desenvolupament acompanyant organitzacions locals (ONG). L'entitat proposa una formació prèvia especialitzada.
- **IDIOMA VEHICULAR:** En funció del país destí
- **ENTITATS:** [COCAT](#), [SETEM](#), [SERVEI CIVIL INTERNACIONAL](#)
- **COST:** Quota entitat, despeses del projecte i desplaçaments.

[VEURE VÍDEO](#)



BRIGADES INTERNACIONALS



- **DESTINATARIS:** a partir de 20 anys
- **DURADA:** 1-2 mesos
- **TIPOLOGIA:** Estades en grup o individuals
- **DESCRIPCIÓ:** Estades activistes en pro a la resolució de conflictes. Tenen un caràcter més polític i de suport a moviments i organitzacions populars que lluiten per denunciar i canviar la situació política, econòmica i social d'aquests països. Les organitzacions proposen una formació prèvia.
- **IDIOMA VEHICULAR:** En funció del país destí
- **ENTITATS:** [Ass. Catalana per la Pau](#), [Lafede](#)
- **COST:** Totes les despeses van a càrrec del participant

BUSCADORS LLIURES

- [Youth Hostels Association](#) - Regne Unit
- [Sabatica](#) - buscador mundial
- [Volunteer abroad](#) - buscador mundial
- [Yamuna](#) - projectes de disminució de la pobresa a Madagascar
- [WWOOfing](#) - projectes ecològics, mediambientals arreu del món
- [Helpx](#) - buscador mundial
- [Workaway](#) - buscador mundial
- [Workpackers](#) - buscador mundial



VIATJAR A L'ESTRANGER

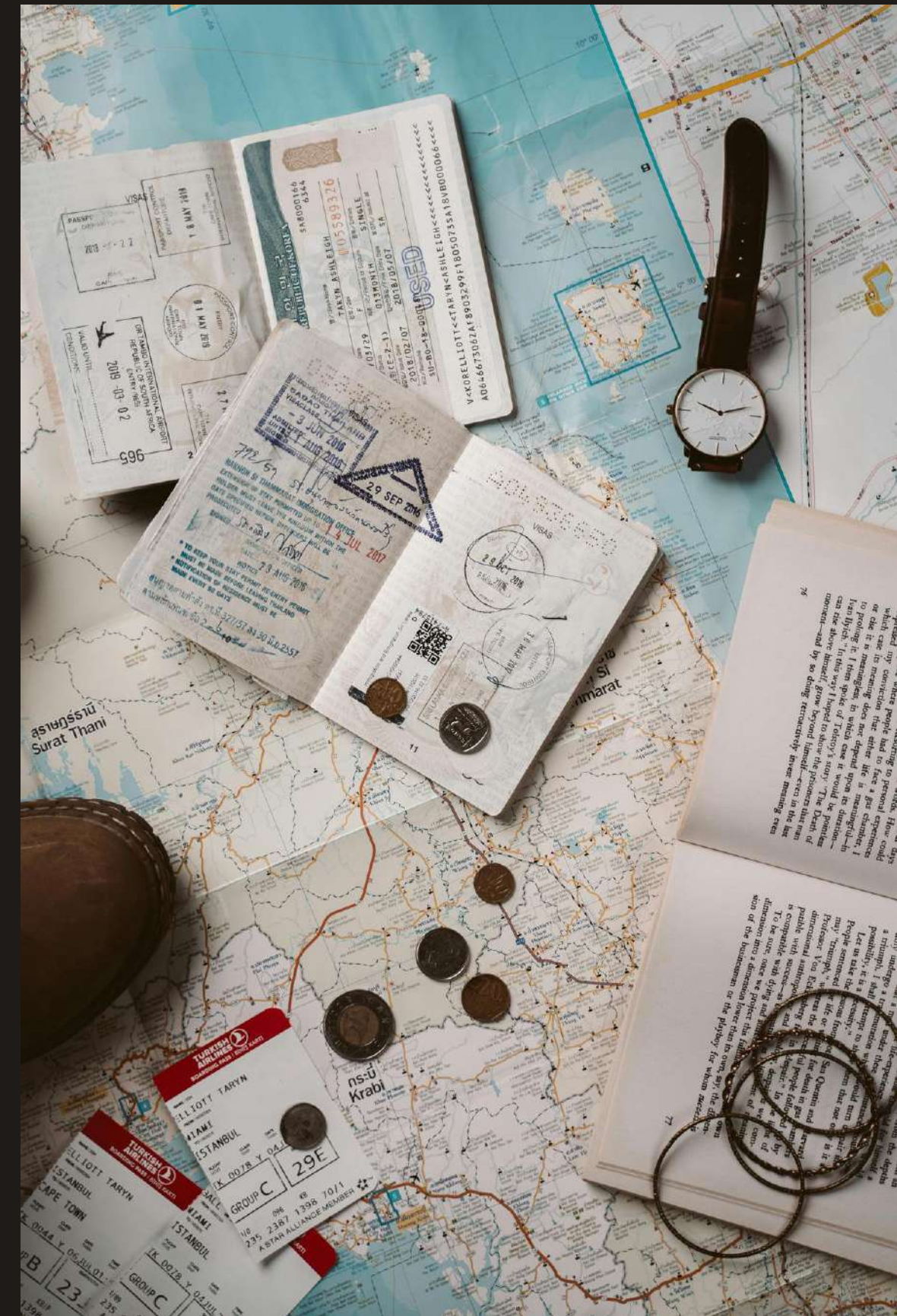
DISCOVER EU

- **DESTINATARIS:** l'any que fas els 18 anys
- **TIPOLOGIA:** Viatge individual o en grup – en tren
- **DESCRIPCIÓ:** Iniciativa de la Unió Europea que ofereix la possibilitat de viatjar en tren gratuïtament per Europa. S'ha de presentar candidatura i si ets seleccionat guanyes l'abonament.
- **ENTITATS:** Unió Europea - [Discover EU](https://discover.eurail.com/)



INTERRAIL

- **DESTINATARIS:** ciutadans residents a Europa
- **TIPOLOGIA:** Viatge individual o en grup – en tren
- **DESCRIPCIÓ:** És una forma de viatjar en tren per Europa que et permet descobrir més de 30.000 destinacions a 33 països diferents. Hi ha diferents modalitats de bitllet de tren, depenent dels dies i nombre de països que vulguis visitar.
- **ENTITATS:** [INTERRAIL](#)





PRÀCTIQUES A L'ESTRANGER

INSTITUCIONS DE LA UE

- **DESTINATARIS:** Titulats universitaris
- **DURADA:** 3 - 5 mesos
- **DESCRIPCIÓ:** Pràctiques pensades per a tothom que tingui interès a adquirir experiència en l'àmbit internacional. Accés a oportunitats formatives que permeten descobrir el funcionament de les institucions i , alhora, adquirir experiència professional.
- [Manual de pràctiques](#) a les institucions europees i a altres actors internacionals (Comissió Europea, Tribunal de Justícia, Tribunal de Comptes, Consell de la UE, Parlament...)



EURODISSEA



- **DESTINATARIS:** 18-30 anys, inscrit/a al SOC, formació professional en l'àmbit de les practiques, domini de l'idioma.
- **DURADA:** 3 - 7 mesos.
- **DESTINACIONS:** Bèlgica, Croàcia, Xipre, Geòrgia, Itàlia, Portugal, Romania, Espanya.
- Pràctiques remunerades
- **DESCRIPCIÓ:** Programa amb l'objectiu de guanyar experiència professional i millorar l'idioma. El programa inclou curs d'idioma, allotjament, manutenció, transport local, assegurança i un petit salari. No cobreix el viatge d'anada i tornada.
- [EURODISSEY](#)

PROGRAMA ALMA



- **DESTINATARIS:** 18- 29 anys, registrat a Garantia Juvenil, inscrit com a demandant d'ocupació del SOC i complir un d'aquests requisits: baix nivell formatiu (ESO); atur més de 12 mesos; capacitats diverses, diversitat funcional o malaltia de salut mental; joves ex tutelat.
- **DESCRIPCIÓ:** El programa preveu una primera fase de preparació a Catalunya (suport pedagògic i cultural, orientació, preparació, aprenentatge lingüístic), segona fase de pràctiques professionals en empreses en països de la UE i tercera fase d'acompanyament i seguiment un cop es retorna a Catalunya.
- **COST:** Totes les despeses estan cobertes pel programa ALMA.
- Per inscriure's posar-se en contacte amb la Tècnica d'Ocupació Juvenil 672.38.68.66, [Catalunya Voluntària](#), [La Vibria](#).



TREBALLAR A L'ESTRANGER

DOCUMENTACIÓ

A banda de la ja mencionada al principi:

- **EUROPASS**: El Currículum Vitae en el format reconegut a Europa - document que serveix per presentar les capacitats i qualificacions de la persona interessada d'una manera clara i eficaç.

TREBALLAR A L'ESTRANGER

XARXA EURES



- **DESTINATARIS:** Persones que busquen feina en un altre país europeu.
- **DESCRIPCIÓ:** És una xarxa de cooperació per facilitar la lliure circulació de persones per l'Espai Econòmic Europeu, creada entre la Comissió Europea i els serveis públics de treball europeus. EURES compta amb una xarxa de consellers/es per donar servei personalitzat i proper. Per contactar amb el teu conseller EURES has de [demanar cita](#) a la teva Oficina de Treball del SOC.

També pots participar dels [European Job Days](#) - jornades de contractació dinàmica on es reuneixen sol·licitants de feina i empreses.

- [XARXA EURES](#)

PROGRAMA HUMBOLDT (ALEMANYA)

- **DESTINATARIS:** Titulats universitaris o FP o amb experiència laboral i voler aprendre alemany.
- **DESCRIPCIÓ:** El programa Humboldt fa de pont entre joves interessats en treballar a Alemanya i les empreses alemanyes que demanes professionals qualificats. S'ofereix feina en els sectors de la logística, indústria, serveis, sanitat, hostaleria, energies renovables, comerç... El programa també ofereix FP Dual i FP de doble titulació internacional a Alemanya.
- [Programa Humboldt](#)



TREBALL DE TEMPORADA



- **DESTINATARIS:** Persones que vulguin treballar uns pocs mesos a l'any fent una feina molt concreta
- **DURADA:** Època d'estiu majoritàriament
- **DESCRIPCIÓ:** Experiències de treball a l'estranger per millorar el nivell d'un idioma, conèixer noves cultures i obtenir uns diners extres. Oportunitats per treballar a creuers, hostaleria, socorrista, treball agrícola de temporada
- **IDIOMA:** En funció del la feina requerida.
- **ENTITATS:** [Workaway](#), [Helpx](#), [WWOOF](#), Oficines de Treball del SOC (Eures)

AUPAIR



- **DESTINATARIS:** entre 18 i 30 anys, no fumador, amb permís de conduir i experiència amb nens
- **DURADA:** entre 3 i 12 mesos
- **DESCRIPCIÓ:** Consisteix en conviure amb una família i ajudar-los amb la cura dels infants i/o les tasques domèstiques lleugeres a canvi d'allotjament, manutenció i una petita quantitat de diners.
- **IDIOMA:** coneixements mínims sobre l'idioma del país destí
- **AGÈNCIES:** membres de la [IAPA Internacional](#) o [l'AEPA](#)

Més informació o assessorament
personalitzat:
Eva Ontoso 680656709 (whatsapp)

GRÀCIES

LET THE JOURNEY BEGIN!

WWW.PLAESTANYJOVE.CAT