



---

# Stage e lavoro all'estero

relatore  
**Bernd Faas**





# ATTENZIONE!!

---

- Unione Europea:  
**libertà di movimento = partenza domani**



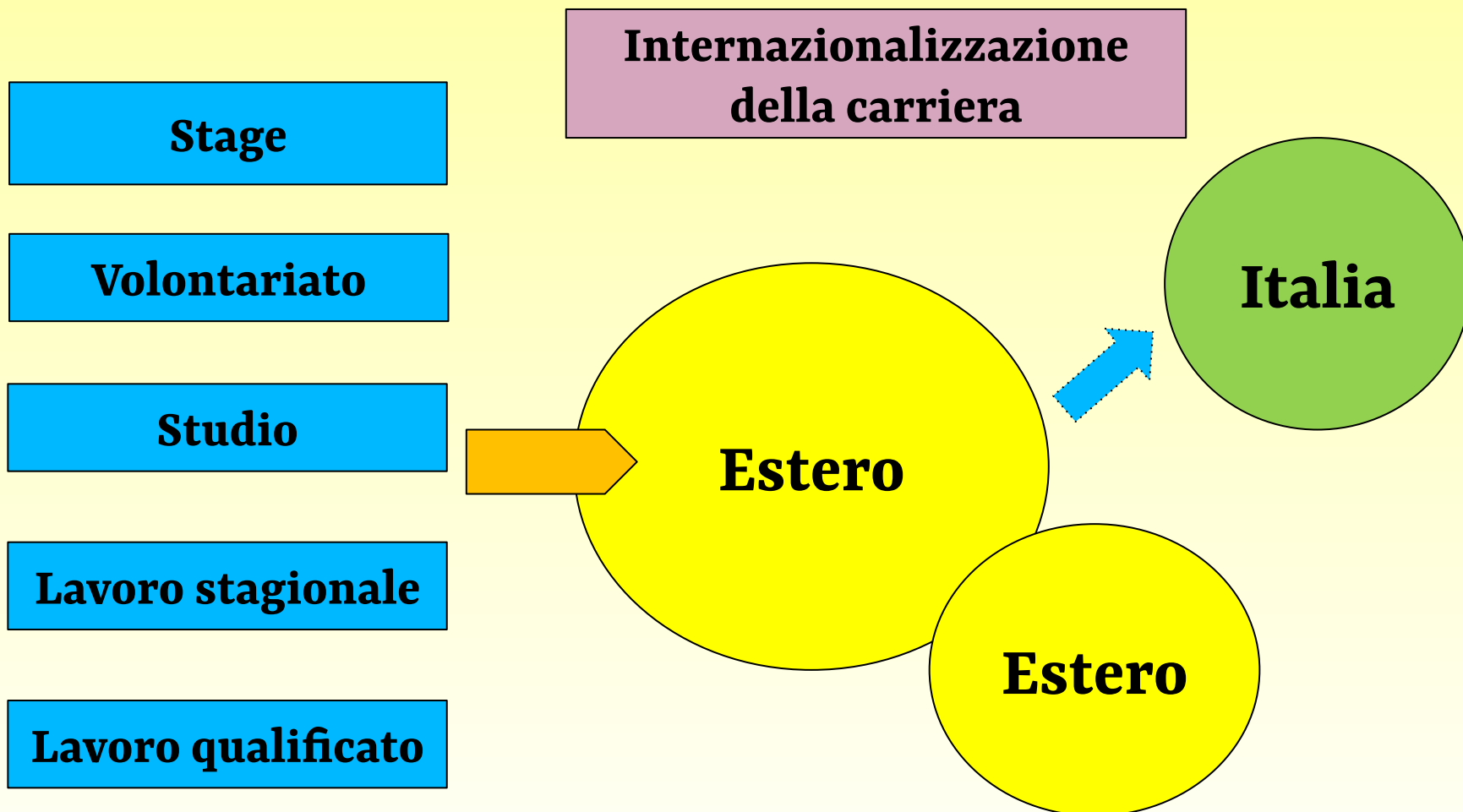
- Extra-UE:  
**serve permesso (visto) = iniziare almeno  
4 mesi prima**



**BREXIT**



# Estero: cosa e come?





# C1 - Lingua per personale qualificato

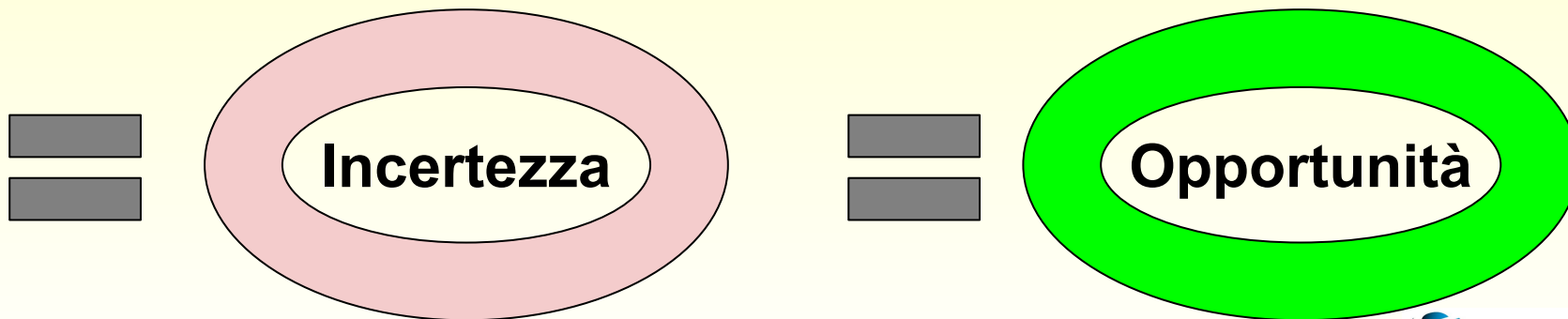
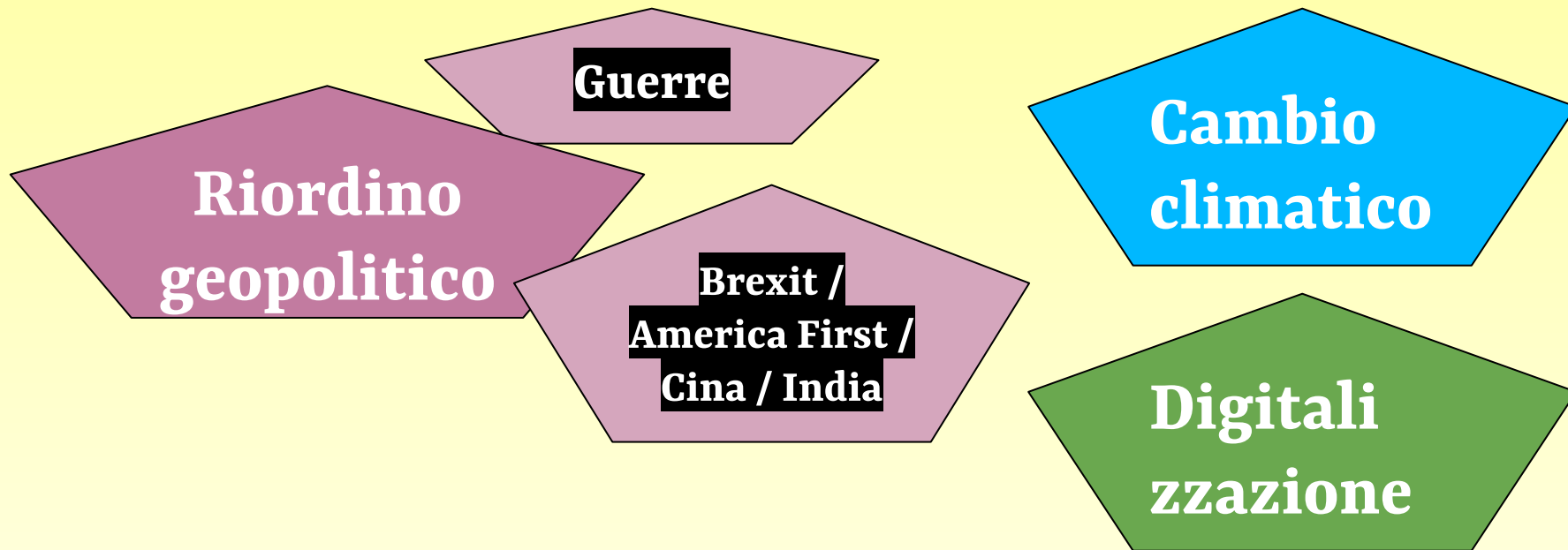
Cambridge-TOEFL-IELTS  
Goethe-TestDaf  
Delf-Dalf / Dele

## *Livello C1* (Effective Operational Mastery)

- È in grado di **comprendere** un'ampia gamma di testi complessi e piuttosto lunghi e ne sa ricavare anche il significato implicito.
- Si **esprime** in modo scorrevole e spontaneo, senza un eccessivo sforzo per cercare le parole.
- **Usa** la lingua in modo flessibile ed efficace per scopi sociali, accademici e professionali.
- Sa **produrre** testi chiari, ben strutturati e articolati su argomenti complessi, mostrando di saper controllare le strutture discorsive, i connettivi e i meccanismi di coesione.



# Mondo di oggi





# Internazionalizzarsi

## Permanenza breve

---

**Stage**

**Perfezionamento  
linguistico**

**Work Camp**

**Summer  
University**

**Perfezionamento  
professionale**



# Stage all'estero

---

- Prassi consolidata per agevolare la transizione università - mondo del lavoro
- Grande interesse da parte delle aziende “moderne”
- Svolgimento durante tutto l'anno
- Da qualche mese a 12 mesi

Può essere:

Neolaureato  
**stage = periodo di prova**

- integrante e/o obbligatoria di un percorso formativo
- svolto prima di entrare nel mondo del lavoro o tra due lavori



# Tipologia di azienda

- Multinazionale
- PMI “globalizzata”
- Organizzazione internazionale
- Organizzazione non governativa

- Istituzione italiana
  - Pubblica Amministrazione
- Studio di consulenza
  - Studio legale
  - Ospedale
  - Ente di ricerca





# Ricerca dello stage

---

- tramite università - ente di formazione
- annunci su Internet **1% di successo**
- sportelli di orientamento sul territorio/all'estero
- networking **50% di successo**
- ricerca mirata per settore
- fiera del lavoro - career day in Italia e all'estero
- associazione professionale all'estero



# Associazione studentesca internazionale

---

## Programmi di stage

[www.aiesec.org](http://www.aiesec.org)

indirizzi di studio vari

Intern  
with  
AIESEC

[www.elsa.org](http://www.elsa.org)

giurisprudenza

ELSA  
Traineeships

[www.iaeste.org](http://www.iaeste.org)

facoltà -  
università

materie tecniche

Explore  
Internships

[www.best.eu.org](http://www.best.eu.org)

tecnologia

[www.ifmsa.org](http://www.ifmsa.org)

medicina



# Organizzazione internazionale

- Unione Europea
- Parlamento Europeo
- Consiglio Europeo
- Nazione Unite

- NATO
- OSCE
- Interpol
- IEA
- OPEC
- CERN

- ECB
- EBRD
- EPO
- JRC Ispra
- ESA

## Stage per

- studenti universitari
- neolaureati

- Registrazione PROFILO
- Candidatura diretta
- Scadenza fisse



# Organizzazione non governativa

•Greenpeace

•WWF

•Scouts

•Ostelli della gioventù

•Croce Rossa

UNICE

Eurochambres

CES

UEFA

CARITAS

BEUC

Partiti

•Oxfam

•Wellcome Trust

•Open Society Institute

•Robert-Bosch-Stiftung

•Fondation Brigitte Bardot

Organizzazioni di lobbying



# Finanziamento

## Borse

- Erasmus+-Placement (università)
- Erasmus+-Mobilità (scuola/FP)
- Erasmus+ per giovani imprenditori
- [www.tirocinicrui.it](http://www.tirocinicrui.it) (istituzioni it.)
- Regione (FSE, work experience)
  - Fondazioni (bancarie ecc.)
- Camere di commercio, enti pubblici

## Retribuzione Si/Non

- Organizzazioni internazionali
- Azienda straniera

## Agenzia di mobilità a pagamento



## Siti Internet: Francia

---

- [www.aidostage.com](http://www.aidostage.com)
- <https://alimetiers.com>
- [www.apec.fr](http://www.apec.fr)
- [www.mediajobs.fr](http://www.mediajobs.fr)
- <https://place-emploi-public.gouv.fr>
- [www.capcampus.com](http://www.capcampus.com)
- [www.cidj.com](http://www.cidj.com)
- <http://stages.ellesbougent.com>
- [www.bonial.fr/Emplois-Verts](http://www.bonial.fr/Emplois-Verts)
- [www.en-stage.com](http://www.en-stage.com)
- [www.letudiant.fr](http://www.letudiant.fr)
- [www.stage.fr](http://www.stage.fr)
- <https://careers.3ds.com>

- Stage per studenti
- Stage settore alimentare
- Stage per neolaureati
- Internet, audiovisivo
- Stage nella PA
- Stage in tutti i settori
- Stage in tutti i settori
- Stage per donne
- Stage “green”
- Stage in tutti i settori
- Stage in tutti i settori
- Stage in tutti i settori
- aerospaziale, trasporto, automotive



# Virtual internships

- candidatura come per attività in presenza
- anche part time
- project work / video tutorials
- un solo referente come mentore e istruttore
- durata tra 1 e 3 mesi
- maggior parte senza retribuzione

**settori principali**  
business e consultancy  
contabilità  
banche  
assicurazioni  
IT  
ambito legale  
marketing  
retail

**vantaggi:** flessibilità - disciplina per rispettare risultati e tempi - migliorare competenze tecniche

**NON può sostituire  
Internship in presenza**



# Ricerca mirata in Biotecnologia

|    |   |
|----|---|
| 1  | Definire Paese  |
| 2  | Definire ambito di lavoro: virologia  |
| 3  | Raccogliere info su virologia nel Paese (ricerca, attori ...)               |
| 4  | Raccogliere info su professione (competenze, sbocchi lavorativi ...)        |
| 5  | Chi sono le aziende leader?   |
| 6  | Portali di lavoro per biologi (job alert)                                   |
| 7  | Portali di lavoro generali (job alert)                                      |
| 8  | Associazione nazionale biologia: servizi utili?                             |
| 9  | Mettere in moto la rete (professori, Erasmus, forum biologi all'estero ...) |
| 10 | Partecipare ad una Career Fair "Scienze" (virtuale o presenza)              |
| 11 | Candidatura spontanea alle aziende "interessanti"                           |





# Internazionalizzarsi

## Permanenza media-lunga

---

**Specializza-  
zione  
accademica**

**Lavoro  
qualificato**

**Stage**

**Alla pari**

**Lavoro  
stagionale /  
Working  
Holiday**

**Volontariato**



# Volontariato medio - lungo

---

*1 a 12 mesi in Europa e nel resto del mondo*

European solidarity corps (ex SVE, borsa, mass. 30 anni)

**<http://eusolidaritycorps.anpal.gov.it>**

Servizio Civile all'estero (12 mesi, retribuzione, mass. 28 anni)

**[www.antennedipace.org](http://www.antennedipace.org)**

Per tutti, agenzia a pagamento

**[www.projects-abroad.it](http://www.projects-abroad.it)**

## AMBITI

Ambiente - Arte e Cultura -  
Bambini - Economia Solidale -  
Educazione non formale -  
Media e Comunicazione -  
Medicina - Servizi di Assistenza  
- Sport - Ragazzi



# Lavoro qualificato

---

*regola:* candidatura diretta all'azienda per il 1 impiego

- Annunci nelle guide per neolaureati
- Siti dedicati ai neolaureati
- Siti aziendali
- Career day – Job Fairs
- Programmi trainee

<http://londongradfair.co.uk>

[www.absolventenkongress.de](http://www.absolventenkongress.de)

[www.forum-ensam.fr](http://www.forum-ensam.fr)

[www.forodeemploo.com](http://www.forodeemploo.com)



# Tasso di occupazione 2023

## Laurea nei tre anni precedenti

|             |      |
|-------------|------|
| Paesi Bassi | 94,5 |
| Malta       | 93,0 |
| Germania    | 92,4 |
| Svizzera    | 93,4 |
| Svezia      | 90,8 |

**Tasso DONNE: 3 a 6% in meno**

**Tasso NON riferito a mansione svolta**

Fonte: Eurostat

|           |      |
|-----------|------|
| Austria   | 91,8 |
| Irlanda   | 87,4 |
| Belgium   | 89,6 |
| Polonia   | 90,0 |
| Danimarca | 85,1 |
| EU 27     | 83,7 |
| Francia   | 81,1 |
| Spagna    | 75,9 |
| Italia    | 64,3 |



# Candidato straniero vista dall'azienda

Diploma  
Supplement

- riconoscimento : no problem
- competenza accademica: dubbio dovuto alla non conoscenza del sistema straniero
- residenza all'estero: dubbio se candidato veramente disponibile
- vissuto già all'estero? "culture shock"?

## Competenze chiave

- Capacità di problem – solving
- Self-management
- Capacità di comunicazione
- Capacità di team working
- Competenze linguistiche

+ **leadership**

**“Filo rosso”** nello  
sviluppo della  
carriera  
professionale



# Average gross salary in 2024

## Tutti i salariati

|   |             |        |
|---|-------------|--------|
| 1 | Denmark     | €6,298 |
| 2 | Luxembourg  | €5,411 |
| 3 | Germany     | €4,924 |
| 4 | Austria     | €4,779 |
| 5 | Ireland     | €4,548 |
| 5 | Sweden      | €4,220 |
| 6 | Netherlands | €4,191 |
| 7 | Belgium     | €3,899 |

|             |        |
|-------------|--------|
| France      | €3,530 |
| Spain       | €2,583 |
| Italy       | €2,479 |
| Poland      | €1,909 |
| Switzerland | 6.759  |

Più stipendio = più richiesta

Da considerare: importo netto e costo della vita



# Neolaureata/o: Retribuzione Germania 2024

| Settore               | Stipendio iniziale |
|-----------------------|--------------------|
| Consulting            | 6.124 €            |
| Banche                | 5.128 €            |
| Farma, Healthcare     | 4.693 €            |
| Industria meccanica   | 4.730 €            |
| Finanza-Assicurazioni | 5.095 €            |
| Ricerca               | 4.596 €            |
| IT (sviluppo)         | 5.015 €            |

| Settore    | Stipendio iniziale |
|------------|--------------------|
| Sanità     | 4.524 €            |
| Trasporto  | 5.125 €            |
| HR         | 3.986 €            |
| Media      | 3.343 €            |
| Formazione | 3.981 €            |
| Turismo    | 2.688 €            |

**Varia secondo titolo di studio,  
città, dimensione aziendale,  
benefit ecc.**

StepStone Gehaltsreporter für Absolventen 2024.



# Neolaureati e finanza 2022

| Country               | N. of Entry-Level Finance Graduate Listings | Average Finance Grad Job Salary (EUR) |
|-----------------------|---|---------------------------------------|
| France                | 114,947                                     | €39,171                               |
| <b>United Kingdom</b> | <b>113,952</b>                              | <b>€36,675</b>                        |
| Germany               | 66,338                                      | €40,000                               |
| Netherlands           | 32,352                                      | €43,910                               |
| Italy                 | 12,539                                      | €28,000                               |
| Belgium               | 9,426                                       | €37,557                               |
| Switzerland           | 9,390                                       | €70,942                               |
| Ireland               | 9,334                                       | €30,000                               |
| Spain                 | 5,099                                       | €30,818                               |

**maggiore chance  
per Stage  
in  
Francia,  
Germania,  
Paesi Bassi**

<https://ifamagazine.com/which-european-country-has-the-most-graduate-jobs-in-finance/>





# EURES “EUROpean Employment Services”

---

Per la ricerca del lavoro in Europa offre:

- banca dati con offerte di lavoro aggiornate in Europa
- possibilità di inserire il CV (Europass)
- colloquio da consulente Eures della propria regione



- Inoltre:
  - andamento del mercato del lavoro
  - stipendi e contratti, sistema sociale e sanitario
  - condizioni e costo della vita, la normativa per gli stranieri

<https://eures.europa.eu>

BerndFaas©2024. Riproduzione vietata.



# Graduate Program

---

- 12-24 mesi
- prevalentemente economia, IT ed ingegneria
- misto formazione – lavoro
- reparti - uffici diversi
- oltre il proprio percorso di studio
- compresi missioni all'estero
- medi-grandi aziende
- date d'inizio fisse (1.8., 1.9, 1.3 ..)
- stipendio minore di quello del specialista
- ottime chances in seguito

<https://graduateland.com>

[www.trainee.de](http://www.trainee.de)

[www.milkround.com](http://www.milkround.com)

<https://www.glassdoor.com>

[www.trainees.at](http://www.trainees.at)

<https://netherlands.expatsjobs.eu>



# Internet

## Siti generalisti

<https://eurojobs.com>

[www.justlanded.com](http://www.justlanded.com)

[www.eurocultura.it](http://www.eurocultura.it)

## Organizzazioni Internazionali

<https://jobs.un.org/Galaxy>

<http://europa.eu/epso>,

[www.eurobrussels.com](http://www.eurobrussels.com)

|    |   |
|----|---|
| NL | <a href="http://www.nlalumni.nl">www.nlalumni.nl</a>                            |
| DE | <a href="http://www.karriere.de">www.karriere.de</a>                            |
| F  | <a href="http://www.francealumni.fr">www.francealumni.fr</a>                    |
| BE | <a href="http://www.jobat.be">www.jobat.be</a>                                  |
| DK | <a href="https://www.jobsincopenhagen.com">https://www.jobsincopenhagen.com</a> |

|    |  |
|----|--|
| PL | <a href="http://www.careersinpoland.com">www.careersinpoland.com</a> |
| EI | <a href="https://gradireland.com">https://gradireland.com</a>        |
| CH | <a href="https://talendo.ch">https://talendo.ch</a>                  |
| AT | <a href="http://www.karriere.at">www.karriere.at</a>                 |



# Orientamento

---

*Career center on-line per laureati e non con:*

- Mercato del lavoro per ogni tipo di professione
- Tendenze future - Casi modello
- Opportunità di training - Consulenza sul CV
- Link per la ricerca di lavoro

**<http://etudiant.aujourd'hui.fr>**

**<https://sepe.es>**

**<https://www.iefp.pt>**

**<https://berufenet.arbeitsagentur.de>**

**[www.prospects.ac.uk](http://www.prospects.ac.uk)**

**[www.orientamento.ch](http://www.orientamento.ch)**



# Candidarsi

---

**offerta  
concreta  
ANNUNCIO**

**“speculative”**

**UE: 23.000.000 aziende  
1% oltre 250 dipendenti**

**siti, HP  
azienda, fiera  
del lavoro,  
networking**

**ricerca  
propria  
degli attori**



# Candidatura

---

Curriculum Vitae

Resume

Cover Letter

Covering Letter

- breve e conciso senza tralasciare dettagli importanti
- massimo 20 parole per frase
- font di scrittura: commerciale (Arial, Courier, Times New Roman)
- uguale per CV e Cover Letter

online / email /  
app ...

***Personal branding =  
vendere il proprio prodotto***



# Networking

**50% di successo  
tramite contatti  
personali**

**[www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)**

**[www.xing.com](http://www.xing.com)**

(mercato lingua tedesca)

- **parenti**
- **amici**
- **conoscenti**
- **colleggi/capi**
- **associazione “città mia” all’estero**

- **[www.facebook.com](http://www.facebook.com)**
- **[www.vivaparigi.com](http://www.vivaparigi.com)**
- **[www.comites-lyon.org](http://www.comites-lyon.org)**
- **[www.expatic.com](http://www.expatic.com)**  
(donne expat)



# Top Twenty della qualità della vita 2024

1: Grenoble (FR)

2: Canberra (AUS)

3: Bern (CH)

4: Bergen (NOR)

5: Basel (CH)

6: Luxembourg (LUX)

7: Reykjavik (IS)

8: Zurich (CH)

9: Gent (BE)

10: Nantes (FR)

## Top 5 per costo della vita

1. Prague, Czech Republic

2. Sofia, Bulgaria

3. Lisbon, Portugal

4. Warsaw, Poland - 5. Bucharest, Romania

Fonte: Oxford Economics Global Cities Index





# Lavoro stagionale

---

## Settori principali

- Commercio
- Catering
- Alberghiero - Turismo
- Parchi di divertimento
- Agricoltura



## Come cercare: Svezia

---

- zone turistiche - sciistiche (Are, Lillehammer, Holmenkollen, Levi)
- siti enti nazionali di turismo
- catene commerciali (ICA, COOP, LIDL, MediaMarkt ..)
- presso aeroporti, stazioni e porti
- tramite Coldiretti del paese
- siti di parchi di divertimento (Lisberg, Lego, Bø Sommarland
- annunci al livello locale



# STATO EMOTIVO

---

## Le 5 fasi dell'esperienza all'estero

- PREPARARSI > creare serenità
- FARE I PRIMI PASSI > evitare I traumi
- VERIFICA IN ITINERE > aggiustare il tiro
- PREPARARSI AL RIENTRO > riaggancio
- REINSERIRSI A CASA > centrare l'atterraggio

# La carriera in Italia e all'estero a 360 gradi

*Settimana per settimana*

**Webinar gratuiti**

*Registrazioni*

*Il parere dell'esperta/o*

*Corsi online*

*Podcast*

*Carriera  
Candidatura  
Lavoro all'estero  
Donna  
Soft skills  
Stage all'estero  
Scuola*

[www.eurocultura.it](http://www.eurocultura.it)

# Good luck!

---

## Bernd Faas



Via del Mercato Nuovo, 44/G  
36100 Vicenza  
Tel. 0444964770  
consulenza@eurocultura.it  
[www.eurocultura.it](http://www.eurocultura.it)

