EURES

AIMSIGH POST SAN EORAIP

TREOIR DO CHUARDAITHEOIRÍ POIST

ELA
EUROPEAN LABOUR AUTHORITY

An Coimisiún Eorpach

EURES

Social Europe

Lámhscríbhinn curtha i gcrích i mí na Nollag 2019

An 3ú heagrán leasaithe

Níl an Coimisiún Eorpach ná aon duine eile atá ag gníomhú thar ceann an Choimisiúin freagrach as an úsáid a d'fhéadfaí a bhaint as an eolas seo a leanas.

Lucsamburg: Oifig Foilseachán an Aontais Eorpaigh, 2021

© Grianghraif: Shutterstock

© An tAontas Eorpach, 2021
Údaraítear athúsáid ach an fhoinse a lua.
Déantar beartas athúsáide dhoiciméid an Choimisiúin Eorpaigh a rialú le Cinneadh 2011/833/AE ón gCoimisiún an 12 Nollaig 2011 maidir le hathúsáid dhoiciméid an Choimisiúin (IO L 330, 14.12.2011, lch. 39).
Chun grianghraif nó ábhar eile nach bhfuil faoi chóipcheart an Aontais Eorpaigh a úsáid nó a atáirgeadh, ní mór cead a fháil go díreach ó shealbhóirí an chóipchirt.

Print	ISBN 978-92-95218-76-5	doi:10.2883/541449	HP-01-21-051-GA-C
PDF	ISBN 978-92-95218-63-5	doi:10.2883/54175	HP-01-21-051-GA-N

AG OBAIR I DTÍR EILE

SMAOINIGH AR AN TODHCHAÍ

Is rogha iontach d'Eorpaigh de gach aois é maireachtáil agus oibriú i dtír eile. Go deimhin, tá níos mó agus níos mó daoine airdeallach anois ar na buntáistí a bhaineann le taithí ghairmiúil a fháil i dtír Eorpach eile.

Mar sin féin, ní mhaireann agus ní oibríonn ach thart ar 3% d'Eorpaigh i mBallstát nach ionann é agus a dtír thionscnaimh. Ach trí bheith ag obair thar lear, fiú amháin le haghaidh tréimhse ghearr, is féidir le daoine cur lena leibhéil scileanna agus leis na deiseanna atá acu post níos fearr a aimsiú ina dtír féin.

Meastar go bhfuil prionsabal an Aontais Eorpaigh um shaorghluaiseacht oibrithe* ar cheann de na cearta is tábhachtaí atá ag saoránaigh AE. Is féidir le daoine aistriú chuig aon Bhallstát den Aontas Eorpach, chomh maith leis an Íoslainn, Lichtinstéin, an Iorua agus an Eilvéis. Dá thoradh, tá neart deiseanna ar fáil don chuardaitheoir poist atá spreagtha agus toilteanach taisteal. Agus má theastaíonn comhairle agus faisnéis uait am ar bith, tá neart saineolaithe ar fáil chun treoir a thabhairt duit.

'Cuireann obair thar lear leis na deiseanna a bheidh agat mar aon le blaiseadh den saol neamhspleách a thabhairt duit. Chomh maith leis sin, feabhsaíonn sé d'fhéinmhuinín agus do ghréasán pearsanta. Má bhogann tú chuig tír nua, bain tairbhe as an gcultúr nua, agus bí réidh agus toilteanach chun rudaí nua a fhoghlaim.'

Cuardaitheoir poist ón Liotuáin, ag maireachtáil agus ag obair sa Danmhairg

Cén tairbhe is féidir leat a bhaint as a bheith ag maireachtáil agus ag obair thar lear?

- **Deis scileanna nua gairmiúla agus pearsanta a fhorbairt.** Foghlaim teanga nua, cur le do thaithí ghairmiúil, feabhsaigh d'fhéinmhuinín, agus feabhsaigh do chumas cumarsáid a dhéanamh le daoine eile. Is é maireachtáil agus oibriú thar lear an réiteach idéalach dóibh siúd ar mian leo 'breisluach' a chur lena CV agus a chinntiú go mbeidh fonn ar fhostóirí iad a fhostú amach anseo.
- **Tuiscint níos fearr ar thíortha agus ar chultúir eile.** Is ilchríoch thar a bheith éagsúil í an Eoraip agus tá neart rudaí nua le foghlaim agus le feiceáil. Trí roinnt ama a chaitheamh i dtír eile, beidh deis agat cultúr nua agus stíl mhaireachtála nua a bhlaiseadh. Ag an am céanna, beidh deis ag daoine eile níos mó a fhoghlaim faoi do chultúr féin.
- **Taithí luachmhar a fháil trí bhualadh le daoine nua agus tabhairt faoi dhúshláin nua.** Mura bhfuil tú cinnte ar mhaith leat tamall a chaitheamh ag obair thar lear, d'fhéadfá do mhachnamh a dhéanamh ar obair shéasúrtha nó shealadach. Ní gá duit conradh fadtéarmach a shíniú, ach fós féin beidh deis agat taithí luachmhar a fháil a chuirfidh leis na deiseanna oibre a bheidh agat amach anseo.

Baineann tairbhe le scileanna nua a fhoghlaim agus taithí ghairmiúil idirnáisiúnta a fháil. Tá leideanna iontacha agus faisnéis úsáideach le fáil sa treoir sho-úsáidte seo chun cabhrú leat aghaidh a thabhairt ar an Eoraip!

TAPAIGH DO DHEIS

An bhfuil postscil shonrach agat? Má tá saineolas agat in earnálacha ina bhfuil folúntais 'atá deacair le líonadh' cosúil leis an timpeallacht, cúram sláinte nó TFC, b'fhéidir go mbeadh éileamh ar leith ort in go leor tíortha Eorpacha.

* An dteastaíonn cead oibre uait?

Tá rochtain shrianta ag saoránaigh Eorpacha áirithe ar mhargadh saothair na hEorpa le haghaidh tréimhse áirithe, ag brath ar an uair ar ghlac an tír páirt san AE. Is féidir le EURES faisnéis a roinnt leat maidir leis na tíortha a cheadaíonn duit saorghluaiseacht agus a mbeidh cead oibre ag teastáil iontu.

RUDAÍ LE CUR SAN ÁIREAMH ROIMH BHOGADH THAR LEAR

Má tá tú ag smaoineamh ar bhogadh thar lear, ní mór duit dianmhachnamh a dhéanamh ar gach rud. Seo thíos léargas ginearálta ar chúpla rud nár mhór duit do mhachnamh a dhéanamh orthu roimh bhogadh thar lear b'fhéidir.

- **An mbeidh tú in ann post a fháil?** Túsphointe maith nuair a bhíonn post thar lear á lorg agat smaoineamh ar na roghanna atá agat agus iarratas a dhéanamh ar phoist fad is atá tú fós i do thír bhaile. Scrúdaigh go cúramach na tíortha ina bhfuil éileamh ar oibrithe ag a bhfuil cúlra agus taithí cosúil leat féin, nó sa réimse oibre a bhfuil spéis agat ann. Déan roinnt taighde ar an margadh saothair sna tíortha sin. Cinntigh go bhfuil do CV soiléir agus gonta, agus tarraing aird ar an méid atá foghlamtha nó curtha i gcrích agat cheana féin, agus chomh hábhartha is atá an méid seo do dheiseanna.

- **Is rogha amháin é gairm.** D'fhéadfadh soghluaisteacht deiseanna breisoideachais, oiliúna gairmiúla agus intéirneachtaí a sholáthar, agus deiseanna eile nach iad. Tá cláir thacaíochta bunaithe ag an AE sna réimsí seo. Áirítear ina measc Leonardo da Vinci (gairmoideachas agus gairmoiliúint), Erasmus (malartú mac léinn agus socrúcháin thar lear) agus an straitéis 'Athmhachnamh oideachais' atá dírithe ar scileanna don mhargadh saothair a fhorbairt. Féach ec.europa.eu/education chun tuilleadh faisnéise a fháil.

- **An bhfuil an teanga agat?** Seans go mbeidh d'fhostóir ag súil go mbeidh eolas éigin agat ar an teanga áitiúil. Is buntáiste é Béarla bunúsach freisin, is cuma cén tír ina mbíonn tú. Smaoinigh ar chúrsa teanga a dhéanamh sula bhfágann tú – fiú amháin mura bhfuil sé éigeantach le haghaidh gach post a fhógraítear, d'fhéadfadh sé cur leis na deiseanna atá agat.

- **An dtabharfar aitheantas do do cháilíochtaí gairmiúla?** Má tá tú cáilithe le bheith ag obair i do thír bhaile, is féidir leat oibriú áit ar bith eile san Eoraip. De réir phrionsabal na saorghluaiseachta oibrithe, is féidir leat do ghairm a chur i gcrích i ngach Ballstát den AE, mar aon leis an Íoslainn, Lichtinstéin, an Iorua agus an Eilvéis. Ach seiceáil gach sonraíocht phoist go cúramach – b'fhéidir go mbeadh dioplómaí, teastais nó cáilíochtaí ábhartha eile á lorg ag roinnt fostóirí.

- **Céard faoi cháilíochtaí oideachais?** Níl aon aitheantas uilíoch do cháilíochtaí oideachais i bhfeidhm ar fud na hEorpa faoi láthair, rud a chiallaíonn go mb'fhéidir go bhféadfadh drogall a bheith ar fhostóir i dtír amháin oibrí ó thír eile a fhostú mura n-aithníonn sé/sí leibhéal cáilíochta an oibrí sin. Tá faisnéis úsáideach le fáil sa rannóg 'Obair agus Earcaíocht' de thairseach An Eoraip Agatsa (europa.eu/youreurope/citizens). Mar mhalairt air sin, is féidir leat cuairt a thabhairt ar shuíomh gréasáin an Chreata Eorpaigh um Cháilíochtaí (EQF) an Choimisiúin Eorpaigh (ec.europa.eu/eqf).

- **An bhfuil do theaghlach ag aistriú leat?** Mar shaoránach Eorpach, beidh na cearta céanna agat féin agus ag do theaghlach agus a bheidh ag oibrithe náisiúnta. Is féidir le do theaghlach a bheith ag staidéar nó ag obair i do thír chinn scríbe, agus is fiú smaoineamh ar na roghanna a bheidh acu sin freisin sula bhfágann tú do thír bhaile.

> **'Is é teagmháil a dhéanamh le EURES an rud is fearr a d'fhéadfainn a dhéanamh ar mhaithe le mo ghairm. Anuraidh sheol mé litir chuig mo Chomhairleoir EURES áitiúil ag míniú dó gur mhaith liom intéirneacht a dhéanamh i gcuideachta fíona san Iodáil. Trí mhí ina dhiaidh sin, bhí post aimsithe ag EURES san Iodáil dom mar aon le cóiríocht agus costais mhaireachtála. Leanadh leis an tacaíocht seo a chur ar fáil i rith na hintéirneachta. Nuair a shroich mé an tír, chabhraigh EURES liom na doiciméid riachtanacha ar fad a chomhlánú.'**
>
> *Dalma, cuardaitheoir poist ón Ungáir*

CÉ ATÁ IN ANN CABHRÚ LEAT POST A FHÁIL THAR LEAR?

Tá cinneadh déanta agat bogadh thar lear agus teastaíonn níos mó faisnéise uait anois. Má theastaíonn cúnamh agus comhairle uait i rith an phróisis, is féidir leat úsáid a bhaint as na hacmhainní seo a leanas:

Tá EURES, Líonra Post na hEorpa, ag feidhmiú i ngach Ballstát den AE, agus san Íoslainn, Lichtinstéin, an Iorua agus an Eilvéis. Tá líonra comhpháirtithe ag EURES, lena n-áirítear seirbhísí poiblí fostaíochta, agus tá tuilleadh comhpháirtithe i do thír bhaile á gcur san áireamh anois. Tá faisnéis maidir leo seo le fáil ar thairseach EURES: eures.europa.eu

Tairgeann líonra EURES raon seirbhísí atá saincheaptha do do riachtanais:

- **Tairseach EURES um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile:** soláthraítear faisnéis maidir le folúntas poist i 31 tír, agus tugtar deis duit próifíl a chruthú, do CV a chlárú, agus sonraí maidir le coinníollacha maireachtála agus oibre ar fud na hEorpa a rochtain. Tá an tairseach seo le fáil ar shuíomhanna aitheanta meán sóisialta agus tá aip fóin chliste forbartha. Má theastaíonn cúnamh uait chun cuntas a chruthú, CV a scríobh nó folúntais a chuardach, tá deasc chabhrach EURES ar fáil trí chomhrá beo, ríomhphost, teileafón nó Skype. Tá na sonraí le fáil ar eures.europa.eu.
- **Líonra de Chomhairleoirí EURES:** Tá breis is 1200 comhairleoir i 31 tír ag EURES atá ag obair le seirbhísí poiblí fostaíochta (SFP) náisiúnta chun eolas maidir le soghluaisteacht a chur ar fáil do chuardaitheoirí poist. Is féidir leat teagmháil a dhéanamh leo tríd an teileafón, trí ríomhphost nó bualadh leo go pearsanta ag imeachtaí Laethanta Fostaíochta Eorpacha (Ar líne) (tá na sonraí le fáil ar an gcéad leathanach eile).
- **EURES i réigiúin trasteorann:** is é oibriú agus maireachtáil in dhá thír dhifriúla an cineál soghluaisteachta saothair is coitianta. Chomh maith leis sin, tá EURES ag obair i réigiúin trasteorann mórthimpeall na hEorpa. Tá faisnéis d'oibrithe trasteorann le fáil ar Thairseach um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile EURES, ó do Chomhairleoir EURES áitiúil agus ar leathanach 11 den bhróisiúr seo.

Chomh maith leis sin, is féidir leat úsáid a bhaint as:

- **Gníomhaireachtaí earcaíochta príobháideacha:** i do thír bhaile – nó tír chinn scríbe – soláthraíonn gníomhaireachtaí earcaíochta príobháideacha raon leathan faisnéise agus seirbhís éifeachtach meaitseála poist. Is féidir lena gcomhairleoirí tú a threorú trí gach céim de phróiseas earcaíochta.
- **Innill chuardaigh poist ar líne:** tugann roinnt inneall cuardaigh poist deis duit CV a chruthú, próifíl cuardaitheora poist a fhorbairt, fógraí maidir le tairiscintí poist spéisiúla a fháil, agus féachaint ar fholúntais.
- **Na meáin shóisialta:** tá láithreacht meán sóisialta ag thart ar leath d'úsáideoirí an Idirlín san AE. Má úsáideann tú ardáin cosúil le Facebook, Twitter nó LinkedIn go minic, is féidir leat iad a úsáid chun do scileanna agus spéiseanna poist a chur chun cinn, cosúil le CV fíorúil. Ach bí cúramach faoin méid a dhéanann tú agus a deir tú ar líne, agus athbhreithnigh socruithe lena chinntiú go bhfuil postálacha agus grianghraif phearsanta príobháideach!

'Roinn Comhairleoir EURES faisnéis liom maidir le cúrsa garraíodóireachta teach gloine sa Danmhairg a bhfuil cúrsa teanga Danmhairgise agus obair ar fheirm san Danmhairg i gceist leis. Shíl mé gur deis spéisiúil a bheadh ann – agus bealach chun scileanna nua a fhorbairt agus rudaí nua a fhoghlaim a chabhródh le mo shaol gairmiúil amach anseo. Cuireann sé leis na deiseanna atá agat, cabhraíonn sé leat a bheith níos neamhspleáiche, cabhraíonn sé leat a bheith féinmhuiníneach agus do ghréasán pearsanta a fhorbairt!'

Sarunas, cuardaitheoir poist ón Liotuáin

CONAS IS FÉIDIR LE EURES CABHRÚ?

Tá na seirbhísí atá á gcur ar fáil ag EURES cuimsitheach agus ar fáil do gach cuardaitheoir poist san Eoraip – roimh, i rith agus i ndiaidh do chuardaigh poist.

Déileálann EURES le gach gné de mhaireachtáil agus de bheith ag obair thar lear, lena n-áirítear gairmthreoir a sholáthar, CVanna a athbhreithniú agus a aistriú, anailís a dhéanamh ar thairiscintí, agus áiseanna físchomhdhála a chur ar fáil le haghaidh agallamh, faisnéis maidir le margadh saothair na hEorpa a chur ar fáil, comhairle dlí agus slándála sóisialta a chur ar fáil, aontaí poist a eagrú, agus comhairle a thabhairt maidir le deiseana oiliúna, foghlaim teanga agus deiseanna maoinithe – agus rudaí eile nach iad!

Tríd is tríd, cuimsítear i measc na seirbhísí:

Tá breis is milliún folúntas poist as ar fud na hEorpa fógartha ar **Thairseach EURES um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile**, beagnach an oiread céanna CVanna, agus tá na mílte fostóir cláraithe. Tá uirlisí á soláthar chun an méid seo a leanas a dhéanamh:

- próifíl a chruthú a thugann deis duit earnálacha nó tíortha spéisiúla a chlibeáil, agus fógraí ríomhphoist maidir le folúntais phoist ábhartha a fháil;
- CV a chruthú agus a chothabháil i dteanga amháin nó i roinnt teangacha agus é a phostáil ar líne, ionas gur féidir leis an 30 000 fostóir atá cláraithe ar an tairseach é a fheiceáil;
- cuardach le haghaidh faisnéise maidir le maireachtáil agus oibriú i dtír de do rogha;
- cuardach le haghaidh Laethanta Fostaíochta Eorpacha (Ar líne) agus imeachtaí earcaíochta eile i do réigiún;
- nascadh le cuardaitheoirí poist eile agus leideanna maidir le cuardach poist agus maireachtáil agus oibriú thar lear a mhalartú.

Is féidir teagmháil a dhéanamh le **Comhairleoirí EURES** agus gairmithe earcaíochta eile – go háirithe i líonra EURES – chun eolas agus comhairle a fháil ag aon chéim de do chuardach poist agus den phróiseas bogtha. Trí shaineolas a sholáthar maidir le gnéithe praiticiúla, dlí agus riaracháin soghluaiseacht saothair na hEorpa, is féidir leo:

- deiseanna spéisiúla a mholadh bunaithe ar do phróifíl agus iarracht a dhéanamh do phróifíl a nascadh le fostóir oiriúnach i dtír Eorpach eile;
- cabhrú leat le d'iarratas poist agus do CV a roinnt le fostóirí ionchasacha;
- faisnéis a roinnt leat maidir le coinníollacha maireachtála agus oibre i do thír chinn scríbe;
- cabhrú leat tús a chur le do shaol i do thír nua trí fhaisnéis a chur ar fáil duit maidir le cóiríocht, slándáil shóisialta agus cánacha, agus scoileanna agus cúram sláinte do do theaghlach, más ábhartha.

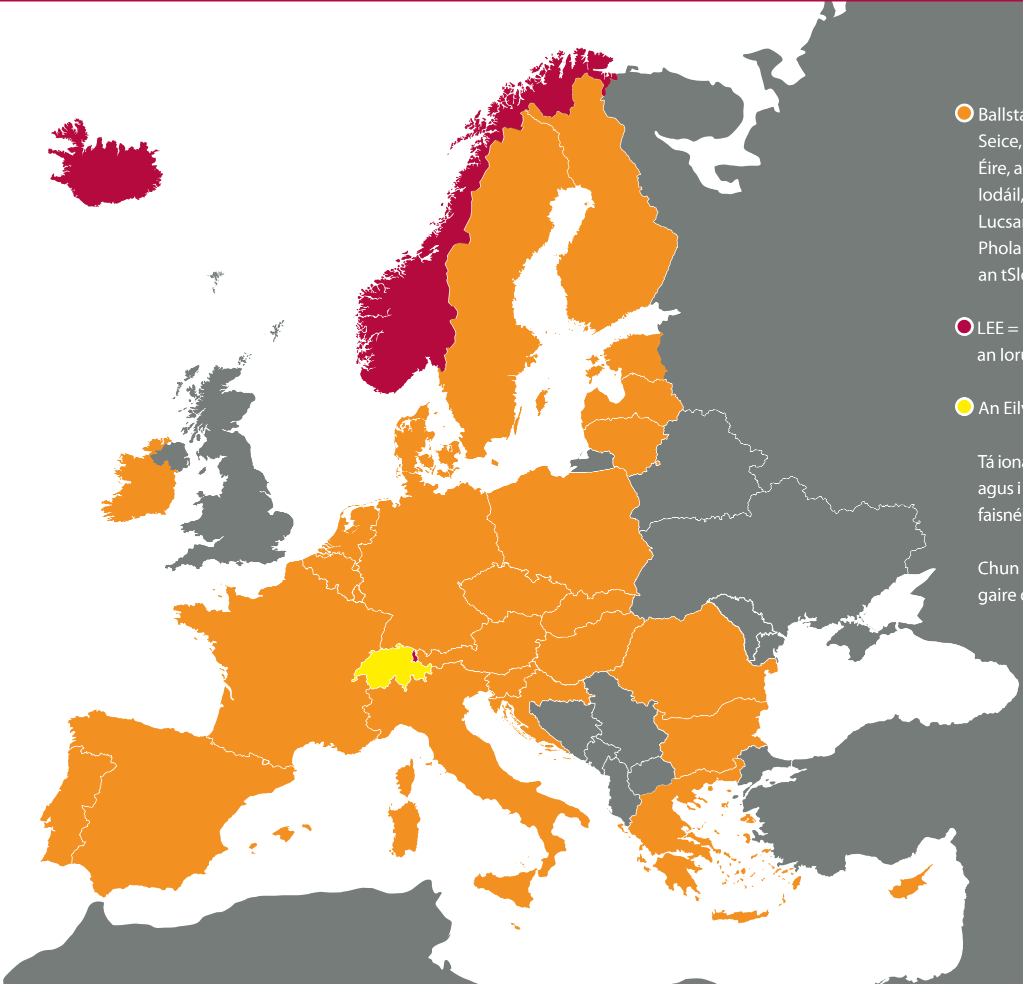
Tabhair faoi deara go bhféadfadh seirbhísí difriúla a bheith ar fáil i dtíortha éagsúla nó á soláthar ag eagraíochtaí comhpháirtíochta éagsúla EURES.

Tá tuilleadh faisnéise agus sonraí teagmhála maidir le do Chomhairleoir EURES áitiúil agus gairmithe earcaíochta eile le fáil ar Thairseach EURES um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile

**LAETHANTA FOSTAÍOCHTA EORPACHA (AR LÍNE)
AGUS IMEACHTAÍ EILE**

Gach bliain, reáchtáiltear na céadta imeacht EURES ar fud na hEorpa – ar féidir iad a rochtain go héasca agus atá saor in aisce. Is iad na himeachtaí is cáiliúla na Laethanta Fostaíochta Eorpacha, a sholáthraíonn timpeallacht idéalach chun bualadh le fostóirí ionchasacha ar an láthair nó ar líne – agus tairbhe a bhaint as Ceisteanna Coitianta beo agus cóitseáil físeáin duine le duine le saineolaithe i réimse na soghluaisteachta poist agus le saineolaithe ábhartha eile. Chomh maith leis sin, reáchtálann EURES comhdhálacha, seimineáir agus laethanta faisnéise ginearálta maidir le soghluaisteacht ina mbíonn Comhairleoirí EURES ar fáil chun sainchomhairle a chur ar fáil maidir le post a aimsiú san Eoraip. Seiceáil an féilire Imeachtaí ar thairseach EURES um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile chun tuilleadh faisnéise maidir le himeachtaí i do cheantar féin a fháil.

CONAS IS FÉIDIR LE EURES CABHRÚ?



- Ballstáit an AE: an Bheilg, an Bhulgáir, Poblacht na Seice, an Danmhairg, an Ghearmáin, an Eastóin, Éire, an Ghréig, an Spáinn, an Fhrainc, an Chróit, an Iodáil, an Chipir, an Laitvia, an Liotuáin, Lucsamburg, an Ungáir, Málta, an Ísiltír, an Ostair, an Pholainn, an Phortaingéil, an Rómáin, an tSlóivéin, an tSlóvaic, an Fhionlainn, an tSualainn.
- LEE = Ballstáit an AE + an Íoslainn, Lichtinstéin agus an Iorua.
- An Eilvéis.

Tá ionadaíocht á déanamh ar EURES i réigiúin dhifriúla agus i réigiúin trasteorann. Má theastaíonn tuilleadh faisnéise uait, tabhair cuairt ar thairseach EURES.

Chun faisnéis maidir leis an gComhairleoir EURES is gaire duit a fháil, téigh chuig **eures.europa.eu**.

PRÍOMHRANNA

Mar chuardaitheoir poist, is anseo a gheobhaidh tú faisnéis maidir le bheith ag obair thar lear, ullmhú chun agallamh a dhéanamh, socrú isteach sa saol i dtír nua, mar aon le faisnéis faoi dheiseanna oideachais agus oiliúna an Choimisiúin Eorpaigh ar fud na hEorpa.

1. **Céard is féidir le EURES a dhéanamh duitse?** Seo thíos na seirbhísí ar fad atá á dtairiscint ag comhaltaí agus comhpháirtithe EURES.

2. **Cuardaigh post.** Mínítear ann conas post a chuardach i 31 tír Eorpach, próifílí cuardaigh poist ar líne a chruthú agus a bhainistiú agus clárú chun fógraí ríomhphoist maidir le folúntais spéisiúla a fháil.

3. **Cruthaigh do CV ar líne.** Tugann sé deis duit do CV a chruthú agus a bhainistiú i roinnt teangacha, saor in aisce, agus i bhformáid Europass más mian leat.

4. Le **Déan Teagmháil le Comhairleoir EURES** is féidir leat sonraí teagmhála Chomhairleoir EURES in aice leat a aimsiú ar féidir leo cabhrú maidir le tú a mheaitseáil le folúntais ar an leibhéal áitiúil, réigiúnach nó náisiúnta.

5. Cuimsítear in **maireachtáil & obair** faisnéis phraiticiúil, dhlíthiúil agus riaracháin maidir le soghluaisteacht. Cuardaigh treochtaí reatha i margadh saothair na hEorpa bunaithe ar thír, réigiún agus earnáil gníomhaíochta.

6. Ar an **bhféilire Imeachtaí** taispeántar imeachtaí atá ag tarlú amach anseo i do réigiún a bhféadfadh spéis a bheith agat iontu. Coinnigh súil ar Laethanta Fostaíochta Eorpacha agus ar imeachtaí earcaíochta eile nó seisiúin faisnéise ginearálta maidir le soghluaisteacht le Comhairleoirí EURES.

7. Tá na hailt agus na físeáin is déanaí maidir le poist agus soghluaisteacht Eorpach le fáil i **Nuacht**. Féach ar scéalta dearfacha spreagúla ó chuardaitheoirí poist eile a bhain tairbhe as seirbhísí EURES.

8. Eisítear ***nuachtlitreacha EURES & Tusa*** gach mí agus cuimsítear iontu eolas faoi shoghluaisteacht ghairmiúil, treochtaí reatha, imeachtaí EURES atá le reáchtáil amach anseo, etc. Is féidir leat na nuachtlitreacha a léamh ar líne nó iad a fháil trí ríomhphost.

9. In **Cúnamh & Tacaíocht**, gheobhaidh tú freagraí ar fhormhór na gceisteanna a bheidh agat. Tá deasc chabhrach EURES ar fáil freisin chun do cheisteanna a fhreagairt trí theileafón, ríomhphost, comhrá bheo agus Skype.

10. Treoraíonn **Naisc** chuig suíomhanna gréasáin eile thú atá ag déileáil le soghluaisteacht saothair Eorpaigh, lena n-áirítear seirbhísí poiblí fostaíochta náisiúnta, agus raon foilseachán ina bhfuil treoir a chabhróidh leat le do chuardach.

FORBAIRT AMACH ANSEO AGUS SEIRBHÍSÍ EILE

Cuireann **Laethanta Fostaíochta Eorpacha (Ar líne)** ar chumas cuardaitheoirí poist agus fostóirí teacht le chéile 'go fíorúil' agus saor in aisce, agus an t-am agus an t-airgead a bhaineann le taisteal chuig imeacht ar an láthair a shábháil. Is féidir le rannpháirtithe féachaint ar chuir i láthair, iarratais ar fholúntais a chur isteach agus bualadh go díreach le hearcaitheoirí agus le Comhairleoirí EURES. Féach ar europeanjobdays.eu chun sonraí a fháil maidir le Laethanta Fostaíochta roimhe seo agus a bheidh ann amach anseo.

IARRATAS A DHÉANAMH AR PHOST

Tá deis spéisiúil aimsithe agat Anois ní mór duit iarratas a chur i dtoll a chéile a tharraingeoidh aird ort! Beidh Comhairleoirí EURES in ann cabhrú leat leis seo – nó is féidir leo comhairle a chur ort féachaint ar an Tairseach um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile chun leideanna riachtanacha a fháil.

De ghnáth, cuimseofar in iarratas litir chumhdaigh agus do CV, cé go mb'fhéidir go n-iarrfadh roinnt fostóirí ort foirm iarratais chaighdeánaigh a chomhlánú. Ná déan dearmad – is é seo an chéad imprisean a bheidh ag d'fhostóir ort, agus mar sin caith roinnt ama ag obair air.

- **An litir chumhdaigh:** Sa litir chumhdaigh ba cheart duit cur síos a dhéanamh ar an gcúis a bhfuil spéis agat sa phost, céard iad na gnéithe de do chúlra a chiallaíonn go bhfuil tú oiriúnach don phost, agus conas is féidir leat cur leis an gcuideachta. Cinntigh go bhfuil an teanga soiléir, inrochtana agus éasca le tuiscint.

- **Ag ullmhú le haghaidh agallaimh:** D'fhéadfadh an t-agallamh a dhéanamh duine le duine nó ar an teileafón: is cuma cé acu den dá rogha a bhíonn i gceist, tá sé riachtanach ullmhúchán a dhéanamh. Tabhair aon pháipéarachas riachtanach, cosúil le do CV nó cárta aitheantais leat – ar eagla na heagla.

- **Bí eolach ar an gcuideachta:** Bí cinnte go bhfuil taighde déanta agat ar an gcuideachta. Taispeáin go dtuigeann tú an méid a dhéanann an chuideachta agus an méid atá á lorg ag an gcuideachta. Ullmhaigh roinnt ceisteanna géarchúiseacha faoin gcuideachta agus faoin bpost lena chruthú go bhfuil taighde déanta agat.

- **Bí ar an eolas faoin bpost:** Is é an sainchuntas poist an leid is fearr a thugtar duit maidir le céard a bheidh á lorg ag fostóir i rith an agallaimh. An bhfuil béim á leagan ar obair foirne, an cumas a bheith ag feidhmiú as do stuaim féin nó a bheith solúbtha i ndáil le do chuid oibre? Taispeáin go bhfuil na riachtanais seo á gcomhlíonadh agat le samplaí agus scileanna nithiúla bunaithe ar do thaithí roimhe seo.

- **Bí faoi réir don rud nach raibh aon súil agat leis:** D'fhéadfaí ceisteanna deacra nó gan choinne a chur. Coinnigh guaim ort féin! Léirigh gur féidir leat guaim a choinneáil ort féin nuair a bhíonn tú faoi bhrú, caith nóiméad ag smaoineamh ar an gceist agus freagair an cheist go stuama. Is cuma mura bhfuil an freagra ar eolas agat. Beidh spéis ag fostóir sa bhealach a fhreagraíonn tú agus conas a dhéanfá iarracht faisnéis nua a aimsiú.

AN CV

- Liostaigh do thaithí agus cáilíochtaí is déanaí ar dtús.

- Úsáid abairtí gearra agus teanga dhearfach.

- Tarraing aird ar fhreagrachtaí atá infheidhme don phost inmhianaithe agus úsáid briathra 'gníomhacha'.

- Cinntigh go bhfuil do CV fíorasach, cothrom le dáta agus beacht.

- Ná bíodh níos mó ná dhá leathanach ar a mhéad i do CV.

- Iarr ar dhuine éigin eile an CV a phrofléamh, cainteoir dúchais na teanga ina bhfuil iarratas á déanamh agat más féidir.

D'fhéadfadh go mbeadh dúshláin le sárú ag daoine a bheadh ag fágáil tír amháin chun dul chun cónaithe i dtír eile. Bíonn próisis riaracháin nua le cur i gcrích, bíonn ort bualadh le daoine – agus teanga a fhoghlaim b'fhéidir. Is féidir leat teagmháil a dhéanamh le do Chomhairleoir EURES áitiúil chun comhairle agus faisnéis a fháil sula n-imíonn tú.

Seo thíos roinnt leideanna ó EURES a chabhróidh leat leis an bpróiseas:

AG AISTRIÚ

- Cinntigh go bhfuil gach rud is gá a dhéanamh déanta agat agus cealaigh aon chonarthaí atá agat le soláthraithe seirbhíse.
- Cuir in iúl do d'údarás áitiúil go bhfuil tú ag imeacht, más gá.
- Athraigh do sheoladh poist agus cuir do sheoladh seachadta ar aghaidh ar fáil ionas gur féidir aon phost a sheoladh ar aghaidh chugat.
- Ná déan dearmad do chuid doiciméad tábhachtach a thabhairt leat – pasanna nó cártaí aitheantais bailí duit féin agus do do bhaill teaghlaigh.

TÍR NUA A BHAINT AMACH

- **Tithíocht:** Is fiú duit taighde a dhéanamh ar roghanna cóiríochta sula mbaineann tú do thír nua amach, ionas go mbeidh tuairim agat faoi na ceantair a oireann do do bhuiséad agus ionchais.
- **Slándáil shóisialta:** Dámhtar gach sochar slándála sóisialaí atá nasctha le conradh fostaíochta i do thír nua go cothrom ar gach saoránach i ngach Ballstát den AE, agus san Íoslainn, i Lichtinstéin, san Iorua agus san Eilvéis. Tá an rud céanna fíor i ndáil le 'oibrithe ar postú' atá fostaithe i mBallstát amháin den AE ach a chuirtear chun oibre go sealadach i mBallstát eile (féach ar an rannán Beartas agus gníomhaíochtaí ag ec.europa.eu/social). Clúdaíonn sochair shóisialta saoire bhreoiteachta agus mháithreachais, sochair dífhostaíochta agus teaghlaigh, sochair tionóisc cheirde agus sochair cheirde, pinsin easláine agus scoir. Déan teagmháil le d'institiúid slándála sóisialta sula bhfágann tú do thír bhaile agus faigh an fhaisnéis riachtanach agus na foirmeacha riachtanacha AE. Chomh maith leis sin, seiceáil Córas Faisnéise Frithpháirteach maidir le Cosaint Shóisialta an AE (Missoc) ag an suíomh gréasáin thuasluaite.
- **An Cárta Eorpach um Árachas Sláinte (EHIC):** Tá sé seo ar fáil saor in aisce do shaoránaigh uile thíortha AE/LEE móide an Eilvéis. Is bealach é an cárta seo lena chinntiú go bhfaighidh tú an rochtain chéanna ar chúram sláinte éigeandála san earnáil phoiblí (cosúil le dochtúirí, cógaslanna, ospidéil) agus a bhfaighidh náisiúnaigh de chuid na dtíortha seo. Ba cheart duit fiosrúchán a dhéanamh maidir le hárachas sláinte náisiúnta a fháil i do thír nua a luaithe a sroicheann tú an tír sin.
- **Pinsean:** Má tá pinsean Stáit á fháil agat ó Bhallstát amháin nó níos mó den AE agus má bhogann tú chuig tír eile san AE, nó an Íoslainn, Lichtinstéin, an Iorua nó an Eilvéis, is féidir leat leanúint ar aghaidh agus méid iomlán do phinsin Stáit a fháil ansin. Chun tuilleadh faisnéise a fháil maidir le conas atá do chearta slándála sóisialaí á gcosaint, féach ar ec.europa.eu/social-security-coordination.
- **Cánachas:** Tá comhaontuithe cánach déthaobhach curtha i gcrích ag tíortha Eorpacha, ionas nach mbeidh a gcuid saoránach ag íoc faoi dhó as an ngníomhaíocht nó ioncam céanna i dtír Eorpach eile. Déan teagmháil leis na húdaráis ábhartha i do thír bhaile chun comhairle phearsanta a fháil.

Is féidir le EURES tuilleadh faisnéise maidir leis na topaicí seo a chur ar fáil. Tabhair cuairt ar leathanaigh Maireachtála agus Oibre na Tairsí um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile nó déan teagmháil le do Chomhairleoir EURES áitiúil.

NA CHÉAD CHÉIMEANNA D'FHIONTRAITHE

Is iad fiontair bheaga agus mheánmhéide (FBManna) atá i mbun 99 % de ghnó na hEorpa, cnámh droma an gheilleagair i bhfocail eile, agus tá sé beartaithe ag líon níos mó saoránach Eorpach ná riamh a ngnó féin a bhunú i dtír eile.

Má tá neart smaointe agat maidir le gnó a bhunú áit éigin eile san Eoraip, seo thíos roinnt moltaí a d'fhéadfadh cabhrú leat:

- **Cruthaigh plean gnó:** Cinntigh go bhfuil a fhios agat go díreach cén cineál gnó a bheidh agat, cé mhéad a chosnóidh sé an gnó a bhunú, an méid ama a bheidh ag teastáil, agus na próisis riaracháin a bheidh le cur i gcrích. Ná fág an phleanáil go dtí go sroicheann tú tír nua – beidh sé níos éasca an phleanáil ar fad a dhéanamh i do thír bhaile. Déan teagmháil le do Chomhlachas Tráchtála áitiúil, de bhrí go mbíonn cúrsaí á reáchtáil ag go leor acu a chabhraíonn le daoine plean gnó cuimsitheach a chur i dtoll a chéile.
- **Bí ar an eolas faoin tír nua:** Pleanáil cúpla turas chuig an tír nua roimh an aistriú deiridh. Cinntigh go dtuigeann tú an córas baincéireachta, na cleachtais dlí agus riaracháin, agus na daoine agus an cultúr. An gá duit teanga a fhoghlaim? Cláraigh i gcúrsa i do thír bhaile, ionas go mbeidh tuiscint mhaith agat ar an teanga sula bogann tú chuig an tír.
- **Faigh comhairle ó chomh-fhiontraí:** Téigh i dteagmhail le duine a bhunaigh a ghnólacht/a gnólacht féin sa tír ina mbeidh tú. Ní bheidh aon duine in ann comhairle níos fearr a chur ort ná duine éigin a rinne an rud a bhfuil tusa ar tí a dhéanamh. B'fhéidir go mbeadh do Chomhairleoir EURES áitiúil in ann tú a chur i dteagmháil le duine nó eagraíocht ábhartha. Mar mhalairt air sin, téigh chuig **ec.europa.eu/enterprise/initiatives/sme-week** chun foghlaim faoi fhiontraithe rathúla AE i ngach tír.
- **An Líonra Fiontar Eorpach:** Cabhraíonn sé le gnólachtaí beaga tairbhe a bhaint as an margadh Eorpach oscailte. Mar fhiontraí, is féidir leat raon leathan faisnéise a fháil ó aon cheann den 600 balleagraíocht ar fud an AE agus níos faide ó bhaile. Téigh chuig: **Enterprise Europe Network**.
- **An tSaoráid Mhicreamhaoiniúcháin don Dul Chun Cinn Eorpach:** Is tionscnamh de chuid an AE é sin a chabhraíonn le daoine ar mian leo a ngnólacht bheag féin a bhunú nó a fhorbairt chun suas le EUR 25 000 de chreidmheas a rochtain. Íoslódáil bileog (ec.europa.eu/social).

Tá tuilleadh faisnéise maidir leis na dálaí oibre atá infheidhme i ndáil le hoibrithe ar postú le fáil ar shuíomh gréasáin Eurofound, an Foras Eorpach chun Dálaí Maireachtála agus Oibre a Fheabhsú, ag www.eurofound.europa.eu. Chomh maith leis sin, is féidir leat labhairt le do Chomhairleoir EURES áitiúil.

'Sula mbogann tú thar lear, ullmhaigh plean gnó láidir ina bhfuil cur síos ar an táirge nó seirbhís atá le tairiscint, an spriocphobal agus an iomaíocht reatha, agus straitéis mhargaíochta. Agus ná déan dearmad ar phlean airgeadais – ní díreach don ghnó, plean pearsanta freisin. Má tá sé beartaithe agat filleadh ar do thír féin nuair a théann tú ar scor, ní mór duit smaoineamh ar an luach a bheidh leis an bpinsean a d'fhabhraigh tú i mBallstát eile i do thír bhaile féin.'

Comhairleoir EURES, an Íslitír

'Tugadh cuireadh dom freastal ar chruinniú earcaíochta le EURES san Oifig Phoiblí Fostaíochta in Göteborg, an tSualainn. Rinne mé agallamh le haghaidh post le Seven Seas Group a bhí ag cuardach criú le haghaidh roinnt long chúrsála. I ndiaidh cruinniú faisnéise úsáideach agus agallamh ina dhiaidh sin, tairgeadh post dom roinnt míonna ina dhiaidh sin ar líne i Muir Chairib – mo chéad rogha!'

Stefan, cuardaitheoir poist ón tSualainn

* IO L 18, 21.1.1997, lch 1.

COMAITÉIREACHT TRASTEORANN

Is éard atá i gceist le margadh saothair trasteorann ceantar inar féidir le hoibrithe atá ag obair i dtír amháin taisteal chun oibre i dtír chomharsanach go laethúil nó go seachtainiúil. Tá an socrú seo coitianta ar fud na hEorpa: tá breis is 600 000 duine ag obair i dtír Eorpach amháin agus ag cónaí i dtír Eorpach eile.

TÁ BUNTÁISTÍ AG BAINT LE BHEITH AG OBAIR MAR OIBRÍ TRASTEORANN:

- D'fhéadfadh go mbeadh an margadh saothair sa tír chomharsanach níos láidre ná an margadh saothair i do thír féin.
- Ní gá duit do theaghlach a thabhairt leat, rud a chiallaíonn gur féidir le páirtithe a bpost a choimeád agus gur féidir le leanaí leanúint ar aghaidh ag fáil oideachais ina dtír féin.
- Go hiondúil, is féidir leanúint le hárachas sláinte agus slándáil shóisialta i do thír bhaile, rud a chiallaíonn go mbíonn an próiseas níos éasca.

Ar ndóigh baineann dúshláin áirithe le comaitéireacht trasteorann, cosúil le cleachtais dhifriúla náisiúnta riaracháin agus dlí. Ach tá neart seirbhísí ar fáil chun cabhrú le comaitéirí leis na saincheisteanna seo.

I RÉIGIÚIN TRASTEORANN, TÁ EURES AR FÁIL CHUN AN MÉID SEO A LEANAS A DHÉANAMH:

- Cuardaitheoirí poist a mheaitseáil le folúntais oiriúnacha i dtír chomharsanach;
- Faisnéis a sholáthar maidir le bheith ag cónaí agus ag obair in dhá thír dhifriúla Eorpacha agus cúnamh leis na gnéithe dlíthiúla, riaracháin agus praiticiúla;
- Faireachán a dhéanamh ar mhargaí saothair sa dá thír, agus ar an tslí sin, faisnéis folúntais cothrom le dáta a chur ar fáil do chuardaitheoirí poist.

Tá EURES i mbun feidhme i mbreis is 20 comhpháirtíocht trasteorann i mbreis is 13 thír. Chun an gá atá le faisnéis agus comhordú idir tíortha, tugann comhpháirtíochtaí trasteorann EURES seirbhísí poiblí fostaíochta agus gairmoiliúna, ceardchumainn, údaráis áitiúla agus institiúidí eile atá ag déileáil le fostaíocht agus oiliúint le chéile.

'Tacaímid leis na céadta oibrí trasteorann gach lá le ceisteanna cosúil le: Cá háit is féidir liom mo chánacha a íoc? Cá háit is féidir liom sochar linbh a éileamh? An féidir liom an tseirbhís sláinte a úsáid? Cabhraíonn sé seo lena chinntiú gur féidir le hoibrithe taistil bogadh chuig tír eile gan stró.'

Comhairleoir EURES, Comhpháirtíocht Trasteorann Éire/Tuaisceart Éireann

"Bhí cúpla rud ar eolas agam faoin saol an Ungáir cheana féin, de bhrí gur chaith mé tamall ag staidéar ansin, ach chabhraigh EURES liom leis na mionsonraí níos "teicniúla" a bhaineann leis an saol a chaitheamh idir dhá thír, cosúil leis na difríochtaí idir córais cánacha agus córais slándála sóisialta. Nuair a bhogann tú chuig áit nua, ní bhíonn a fhios agat céard atá i ndán duit. Tá gnéithe uathúla ag baint le gach tír, agus tá an chomhairle seo an-luachmhar.'

Marcel, cuardaitheoir poist ón nGearmáin, atá ina chónaí san Ungáir, agus ag taisteal chun na hoibre san Ostair

BREISLUACH EURES

SEIRBHÍS PHEARSANTA, GHAIRMIÚIL, 'IOMLÁN'

Tá breis is 1200 Comhairleoir EURES i 31 tír, saineolaithe ar shoghluaisteacht saothair san Eoraip. Tá siad ar fáil chun comhairle phearsantaithe a sholáthar bunaithe ar do chuid scileanna, cáilíochtaí agus gairm inmhianaithe, agus lena chinntiú go bhfuil tacaíocht ar fáil i rith an phróisis bogtha. Tabhair cuairt ar Thairseach EURES um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile chun sonraí teagmhála do Chomhairleoir EURES áitiúil a fháil.

'Cur chuige tosaigh spéisiúil do go leor cuardaitheoirí poist é Lá Post Eorpach a thugann deis dóibh teagmháil a dhéanamh le cuideachtaí a bhfuil poist á dtairiscint acu agus a CV a thabhairt dóibh. Chomh maith leis sin, tá láithreacht ar an láthair gníomhaireachtaí difriúla "obair shealadach" úsáideach freisin, mar aon le hinfhaighteacht Comhairleoirí EURES ar féidir leo cabhrú le hiarratais "soghluaisteacht poist".'

Comhairleoir EURES, Lucsamburg

LAETHANTA FOSTAÍOCHTA EORPACHA (AR LÍNE)

Reáchtáiltear na himeachtaí seo ar fud na hEorpa roinnt uaireanta i rith na bliana, in áiteanna cosúil leis an Iorua agus an Chipir, an Phortaingéil agus an Rómáin. Is deis iontach iad na himeachtaí seo do chuardaitheoirí poist ionchasacha bualadh le Comhairleoirí EURES agus le fostóirí ionchasacha, ar an láthair nó ar líne. Is féidir le rannpháirtithe a bpleananna a phlé agus a gceisteanna a chur faoi bhráid raon saineolaithe ar shoghluaisteacht post Eorpach trí sheimineáir ar láthair (nó fíorúil), díospóireachtaí, ceardlanna agus cruinnithe duine le duine.

TIONSCNAIMH SPEISIALTA EURES

Tá roinnt scéimeanna soghluaisteachta post spriocdhírithe a thacaíonn le cuardaitheoirí poist agus athróirí poist idir 18-30 bliain d'aois obair a aimsiú i dtíortha Eorpacha eile beag beann ar a gcáilíochtaí, scileanna nó taithí trí dheiseanna maoinithe difriúla a sholáthar. Chomh maith leis sin, soláthraíonn an tseirbhís seo buntáistí suntasacha d'fhostóirí de bhrí go mbíonn deis ag a ngnóthaí tairbhe a bhaint as lucht saothair nach mbeadh ar fáil ag leibhéal áitiúil, réigiúnach nó náisiúnta b'fhéidir, agus cabhrú leo iarrthóirí oiriúnacha a aimsiú do phoist 'atá deacair le líonadh' (féach ar eures.europa.eu).

'D'fhreastail mé ar aonach poist in Basel agus bhuail mé le Comhairleoir EURES ó Lucsamburg. Chuir sé comhairle phraiticiúil agus úsáideach orm, lena n-áirítear faisnéis faoin margadh saothair, na coinníollacha maireachtála agus oibre sa tír, agus conas iarratas a dhéanamh ar phoist – mar aon leis na céimeanna atá le cur i gcrích roimh bhogadh thar lear.'

Cuardaitheoir poist ón Eilvéis, ag maireachtáil agus ag obair i Lucsamburg

TEAGMHÁIL A DHÉANAMH LE hINSTITIÚIDÍ AN AONTAIS EORPAIGH

Dul ann tú féin

Tá na céadta Ionad "Europe Direct" ann ar fud an Aontais Eorpaigh. Is féidir leat seoladh an ionaid is gaire duit a fháil ar líne (european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us_ga).

Ar an bhfón nó i scríbhinn

Seirbhís is ea Europe Direct a thabharfaidh freagra duit ar cheisteanna faoin Aontas Eorpach. Is féidir leat dul i dteagmháil leis an tseirbhís sin:

– ag uimhir shaorghlao: 00 800 6 7 8 9 10 11 (d'fhéadfadh oibreoirí áirithe táille a ghearradh as na glaonna sin),
– ag an ngnáthuimhir seo a leanas: +32 22999696,
– tríd an bhfoirm seo a leanas: european-union.europa.eu/contact-eu/write-us_ga.

EOLAS A FHÁIL FAOIN AONTAS EORPACH

Ar líne

Tá eolas faoin Aontas Eorpach ar fáil i ngach ceann de theangacha oifigiúla an Aontais Eorpaigh ar an suíomh gréasáin Europa (european-union.europa.eu).

Foilseacháin de chuid an Aontais Eorpaigh

Is féidir leat breathnú ar fhoilseacháin de chuid an Aontais Eorpaigh nó is féidir leat iad a ordú ag op.europa.eu/ga/publications. Más mian leat a lán cóipeanna d'fhoilseacháin saor in aisce a fháil, is féidir dul i dteagmháil le Europe Direct nó le d'ionad doiciméadúcháin áitiúil chun é sin a dhéanamh (european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us_ga).

Dlí an Aontais Eorpaigh agus doiciméid ghaolmhara

Chun teacht ar fhaisnéis dhlíthiúil ón Aontas Eorpach, dlí an Aontais Eorpaigh ón mbliain 1951 ar aghaidh sna teangacha oifigiúla san áireamh, téigh chuig EUR-Lex (eur-lex.europa.eu).

Sonraí oscailte an Aontais Eorpaigh

Ar an tairseach data.europa.eu, cuirtear rochtain ar fáil ar thacair sonraí oscailte ó institiúidí, comhlachtaí agus gníomhaireachtaí an Aontais Eorpaigh. Is féidir iad a íoslódáil agus a athúsáid saor in aisce chun críoch tráchtála nó neamhthráchtála. Cuirtear rochtain ar fáil freisin ar neart tacair sonraí ó thíortha na hEorpa.

AN BHFUIL SPÉIS AGAT I BHFOILSEACHÁIN NA HARD-STIÚRTHÓIREACHTA UM FHOSTAÍOCHT, GNÓTHAÍ SÓISIALTA AGUS CUIMSIÚ?

- Má tá, is féidir leat iad a íoslódáil nó clárú le haghaidh síntiús saor in aisce ag: **ec.europa.eu/social/publications**
- Tá fáilte romhat clárú le haghaidh r-nuachtlitir saor in aisce Eoraip Shóisialta an Choimisiúin Eorpaigh ag: **ec.europa.eu/social/e-newsletter**
- Is féidir clárú chun nuachtlitir EURES a fháil ag: **eures.europa.eu**

TÁ NA PRÍOMHSHUÍOMHANNA GRÉASÁIN AGUS NA PRÍOMHCHLÁIR AE ATÁ LUAITE SA BHRÓISIÚR SEO LIOSTAITHE THÍOS:

- Tairseach EURES um Shoghluaisteacht ó Phost go Chéile: **eures.europa.eu**
- An Líonra Fiontar Eorpach: **portal.enterprise-europe-network.ec.europa.eu**
- Fiontraithe AE: **ec.europa.eu/enterprise/initiatives/sme-week**
- Laethanta Fostaíochta Eorpacha: **europeanjobdays.eu**
- Ceisteanna faoin AE: **europa.eu/europedirect**
- An tSaoráid Mhicreamhaoiniúcháin Eorpach um Dhul Chun Cinn. Íoslódáil bileog ag: **ec.europa.eu/social**
- An Creat Eorpach um Cháilíochtaí (EQF): **ec.europa.eu/eqf**
- Cláir thacaíochta oideachais: **ec.europa.eu/education**
- Córas Faisnéise Frithpháirteach maidir le Cosaint Shóisialta: **ec.europa.eu/missoc**
- Oibrithe ar postú: **ec.europa.eu/social**
- Cearta slándála sóisialta: **ec.europa.eu/social-security-coordination**
- An Eoraip Agatsa. Cabhair agus comhairle do náisiúnaigh AE agus a dteaghlaigh: **europa.eu/youreurope/citizens**
- Do chéad phost EURES: **ec.europa.eu/social**

BÍ LINN AR NA MEÁIN SHÓISIALTA:

euresjobs

socialeurope

EURESjob

EURES European Employment Services

Oifig Foilseachán
an Aontais Eorpaigh