

# EURES

## ENCONTRAR UM EMPREGO NA EUROPA

GUIA PARA CANDIDATOS A EMPREGO



Manuscrito terminado em dezembro de 2019

Terceira edição revista

A Comissão Europeia, ou qualquer pessoa agindo em seu nome, não pode ser responsabilizada pela utilização que possa ser dada às informações abaixo apresentadas.

Luxemburgo: Serviço das Publicações da União Europeia, 2021

© Fotografias: Shutterstock

© União Europeia, 2021

Reprodução autorizada mediante indicação da fonte.

A política de reutilização dos documentos da Comissão Europeia é regida pela Decisão 2011/833/UE (JO L 330 de 14.12.2011, p. 39).

É necessário obter autorização junto dos detentores dos direitos de autor para a utilização ou reprodução de fotografias ou outro material que não esteja protegido pelos direitos de autor da União Europeia.

Print	ISBN 978-92-95218-95-6	doi:10.2883/115172	HP-01-21-051-PT-C
PDF	ISBN 978-92-95218-56-7	doi:10.2883/43467	HP-01-21-051-PT-N

## COM OS OLHOS POSTOS NO FUTURO

Viver e trabalhar noutro país é uma opção interessante para europeus de todas as idades. Com efeito, continua a aumentar o número de pessoas que reconhecem os benefícios de adquirir experiência profissional noutro país europeu.

Ainda assim, só 3 % dos europeus vivem e trabalham num Estado-Membro diferente do seu país de origem. Contudo, trabalhar no estrangeiro, ainda que por períodos de curta duração, pode aumentar significativamente os seus níveis de competências e ampliar as possibilidades de encontrar um emprego melhor no seu país.

O princípio da livre circulação de trabalhadores da União Europeia\* é considerado um dos direitos mais importantes dos cidadãos da União. Significa

«Trabalhar no estrangeiro alarga os nossos horizontes e permite-nos saborear a independência. Ajuda-nos também a consolidar a autoconfiança e alarga a nossa rede de contactos. Se forem viver para outro país, estejam abertos à nova cultura e preparados e receptivos para aprender coisas novas.»

*Candidato a emprego oriundo da Lituânia, a viver e trabalhar na Dinamarca*

que pode mudar-se para qualquer Estado-Membro da União Europeia, bem como para a Islândia, Listenstaine, Noruega e Suíça. Consequentemente, há inúmeras oportunidades para candidatos a emprego motivados e com mobilidade. Além disso, se necessitar de aconselhamento e informação durante este processo, há também muitos peritos que poderão orientá-lo.

Que vantagens podem advir de viver e trabalhar no estrangeiro?

- **Uma oportunidade para desenvolver novas competências profissionais e pessoais.** Aprenda uma nova língua, amplie a sua experiência profissional, aumente a sua autoconfiança e melhore a sua capacidade de comunicar com os outros. Viver e trabalhar no estrangeiro é de facto a solução ideal para quem pretende «aumentar valor» a um CV a fim de impressionar os futuros empregadores.
- **Uma melhor compreensão de outros países e culturas.** A Europa é um continente com uma extraordinária diversidade, com muito para descobrir. Ao imergir na vida de outro país, poderá descobrir uma nova cultura e estilo de vida e, ao mesmo tempo, as outras pessoas poderão aprender mais sobre o seu país.
- **Experiência valiosa ao conhecer novas pessoas e novos desafios.** Se não tiver a certeza de que trabalhar no estrangeiro é a

opção que lhe convém, procure trabalho sazonal ou temporário. Não tem de assinar um contrato a longo prazo, mas poderá sempre obter experiência valiosa para abrir futuras oportunidades de trabalho.

**Aprender novas competências e acumular experiência profissional é sempre benéfico. Este guia de fácil utilização oferece-lhe sugestões e informações úteis para o ajudar a alargar o seu campo de ação à Europa!**

## BOAS OPORTUNIDADES À SUA ESPERA

Possui uma competência profissional específica? Se a sua especialização e experiência incidem em setores com vagas difíceis de preencher, como o ambiente, a saúde ou as TIC, as suas qualificações poderão ser objeto de grande procura em muitos países europeus.

\* Necessita de uma autorização de trabalho?

Alguns cidadãos europeus podem ter acesso limitado ao mercado de trabalho europeu durante um determinado período, dependendo da data em que o seu país aderiu à União Europeia. A EURES pode indicar-lhe quais os países para onde pode viajar e quais os que exigem uma autorização.

Se está a pensar ir viver para o estrangeiro, o assunto deverá merecer-lhe uma reflexão séria. Segue-se uma descrição de alguns aspetos que deve ter em conta antes da sua mudança.

- **Consegue encontrar um emprego?** Um bom ponto de partida para procurar um emprego no estrangeiro é examinar as suas opções e candidatar-se a empregos enquanto ainda reside no seu país de origem. Analise cuidadosamente em que países há procura de trabalhadores com os seus conhecimentos e a sua experiência ou na área de trabalho em que está interessado. Faça alguma investigação sobre o mercado de trabalho nesses países. Certifique-se de que o seu CV é tão claro e conciso quanto possível, destacando os conhecimentos e a experiência que já adquiriu e a sua relevância para as oportunidades em questão.
- **Uma carreira é apenas uma opção** A mobilidade pode significar também, entre muitas outras oportunidades, ampliar os estudos, adquirir formação profissional e realizar estágios. A União Europeia dispõe de programas de apoio nestes domínios, entre os quais se incluem os programas Leonardo da Vinci (ensino e formação profissionais), Erasmus (intercâmbio de estudantes e estágios no estrangeiro) e a estratégia «Repensar a Educação», que se centra no desenvolvimento de competências para o mercado de trabalho.

Consultar a secção [ec.europa.eu/education](http://ec.europa.eu/education) para mais informações.

- **Fala a língua?** O seu empregador esperará provavelmente que tenha algum conhecimento da língua do país. Ter conhecimentos básicos de inglês, independentemente do país onde se encontra, será também uma vantagem. Pense em fazer um curso de línguas antes de partir — mesmo que não seja obrigatório para todas as ofertas de emprego, poderá aumentar as suas possibilidades.
- **As suas qualificações profissionais serão reconhecidas?** Desde que esteja qualificado para trabalhar no seu país, pode trabalhar noutro local da Europa. O princípio da livre circulação de trabalhadores permite-lhe recrutar pessoal de todos os Estados-Membros da União Europeia, bem como da Islândia, do Listenstaine, da Noruega e da Suíça. Verifique, porém, cuidadosamente, a descrição de cada emprego — alguns empregadores podem exigir determinados diplomas, certificados e outras qualificações.
- **E as qualificações académicas?** Não existe atualmente um reconhecimento universal das qualificações académicas em toda a Europa, o que significa que um empregador de um país pode hesitar em contratar um trabalhador de outro país se não reconhecer o

«Contactar a EURES foi a melhor coisa que eu podia ter feito pela minha carreira. No ano passado enviei uma carta ao meu conselheiro EURES local, explicando que pretendia fazer um estágio numa empresa de vinhos em Itália. Três meses mais tarde, a EURES Itália tinha encontrado uma vaga que incluía alojamento e despesas correntes. O apoio continuou ao longo do estágio. Quando cheguei ao país, a EURES ajudou-me a preencher toda a documentação necessária.»

*Dalma, candidata a emprego da Hungria*



seu nível de qualificação. Encontra informações úteis na secção «Trabalho e Reforma» do portal «A sua Europa» ([europa.eu/youreurope/citizens](http://europa.eu/youreurope/citizens)). Em alternativa, consulte o sítio Web do Quadro Europeu de Qualificações (QE) da Comissão Europeia ([ec.europa.eu/eqf](http://ec.europa.eu/eqf)).

- **A sua família vai consigo?** Os cidadãos europeus e as suas famílias gozam dos mesmos direitos que os trabalhadores nacionais. Os seus familiares podem estudar ou trabalhar no país de destino, pelo que vale a pena analisar também as opções que se lhes oferecem antes de partir.

Agora que decidiu dar o passo, necessita de mais informações. Para obter ajuda e aconselhamento ao longo do processo, pode explorar os seguintes recursos.

A EURES, rede europeia de emprego, abrange todos os Estados-Membros da União Europeia, bem como a Islândia, Listenstaine, Noruega e Suíça. Conta com uma rede de parceiros, incluindo serviços públicos de emprego, estando atualmente a ser ampliada por forma a incluir outros parceiros no seu país de origem. Estão disponíveis informações sobre estes parceiros no portal EURES: [eures.europa.eu](http://eures.europa.eu)

A rede EURES oferece uma gama de serviços adequada às suas necessidades:

- **O portal da mobilidade profissional EURES:** apresenta informações sobre ofertas de trabalho em 31 países e permite-lhe criar um perfil, registar o seu CV e ter acesso a informações pormenorizadas sobre as condições de vida e de trabalho em toda a Europa. Este portal está presente nas principais redes sociais e possui a sua própria aplicação para smartphone. Se precisar de apoio para criar uma conta, elaborar um CV ou procurar ofertas de emprego, o serviço de assistência EURES está disponível através do serviço de conversas em linha, correio

eletrónico, telefone ou Skype. Visite [eures.europa.eu](http://eures.europa.eu) para obter mais pormenores.

- **Uma rede de conselheiros EURES:** A EURES tem mais de 1 200 conselheiros em 31 países que trabalham com os serviços públicos de emprego (SPE) nacionais com vista a disponibilizar informações sobre mobilidade aos candidatos a emprego. Entre em contacto com eles por telefone, correio eletrónico, numa reunião presencial ou numa Jornada Europeia do Emprego (em linha) (ver página seguinte para mais pormenores).
- **A EURES em regiões transfronteiriças:** trabalhar e viver em dois países diferentes é a forma mais comum de mobilidade dos trabalhadores. A EURES também está presente em regiões transfronteiriças em toda a Europa. Os trabalhadores transfronteiriços encontrarão informações no portal europeu da mobilidade profissional da EURES, através do seu conselheiro EURES local e na página 11 da presente brochura.

Pode também aproveitar os seguintes recursos:

- **Agências de recrutamento privadas:** no seu país de origem (ou de destino), as agências de emprego privadas disponibilizam um amplo conjunto de informações e um serviço eficiente de adequação da oferta à procura. Os respetivos conselheiros podem orientá-lo durante todas as etapas do processo de recrutamento.

- **Motores de busca de emprego em linha:** existem alguns motores de busca de emprego que lhe permitem criar um CV, elaborar um perfil de candidato a emprego, receber notificações de vagas de emprego interessantes e consultar ofertas.
- **Redes sociais:** cerca de metade dos utilizadores da Internet na União Europeia estão presentes nas redes sociais. Se utiliza regularmente plataformas como o Facebook, Twitter ou LinkedIn, pode usá-los para promover as suas competências e interesses profissionais, como uma espécie de CV virtual. Basta ter cuidado com o que faz e diz em linha e verificar as configurações para manter privadas as mensagens e fotos pessoais!

«O conselheiro EURES sugeriu-me fazer um curso de jardinagem de estufa, na Dinamarca, em simultâneo com um curso de língua dinamarquesa e um emprego numa exploração agrícola dinamarquesa. Encarei a sugestão como uma oportunidade interessante — e uma forma de desenvolver novas competências e conhecimentos para a minha futura vida profissional. Trabalhar no estrangeiro alarga os nossos horizontes, permite-nos saborear a independência, ajuda-nos a consolidar a autoconfiança e também alarga a nossa rede de contactos!»

*Sarunas, candidato a emprego da Lituânia*

## COMO PODE A EURES AJUDAR?

Os serviços da EURES são abrangentes e estão à disposição de todos os candidatos a emprego europeus — antes, durante e após a procura de emprego.

Abordam todos os aspetos relacionados com as condições de vida e de trabalho no estrangeiro, desde a disponibilização de orientação profissional, a revisão e tradução de CV, a análise de ofertas de emprego e a facilitação de videoconferências para entrevistas, até à prestação de informações sobre o mercado de trabalho europeu, ao aconselhamento jurídico e em matéria de segurança social, à organização de feiras de emprego e ao aconselhamento sobre oportunidades de formação, aprendizagem de línguas e oportunidades de financiamento, para referir apenas alguns!

De uma forma geral, os serviços incluem o seguinte:

**O portal da mobilidade profissional EURES**, que acolhe mais de um milhão de ofertas de trabalho de toda a Europa, quase outros tantos CV e milhares de empregadores registados. Proporciona aos candidatos a emprego os instrumentos para:

- criar um perfil que lhes permita assinalar setores e países interessantes e receber, por correio eletrónico, alertas de ofertas de emprego relevantes;
- elaborar e gerir um CV numa ou em várias versões linguísticas e publicá-lo em linha,

para que esteja visível aos 30 000 empregadores registados no portal;

- procurar informações sobre condições de vida e de trabalho no país pretendido;
- procurar Jornadas Europeias do Emprego (em linha) e outros eventos de recrutamento na sua região; e
- contactar outros candidatos a emprego e trocar sugestões sobre procura de emprego, bem como sobre as condições de vida e de trabalho no estrangeiro.
- **Os conselheiros EURES** e outros profissionais de recrutamento — em particular na rede EURES —, que podem ser contactados para obtenção de informações e conselhos em qualquer fase da procura de emprego e do processo de mudança. Possuindo um conhecimento especializado nos aspetos práticos, jurídicos e administrativos da mobilidade dos trabalhadores na Europa, podem
- recomendar oportunidades interessantes com base no seu perfil e, inclusive, procurar combinar o seu perfil com um empregador adequado noutro país europeu;
- ajudá-lo a preparar a sua candidatura e a transmitir o seu CV a potenciais empregadores;
- fornecer-lhe informações sobre as condições de vida e de trabalho no país de destino; e
- ajudá-lo a começar a instalar-se no novo país, prestando informações sobre alojamento, segurança social e impostos,

bem como sobre escolas e cuidados de saúde para a sua família, se for o caso.

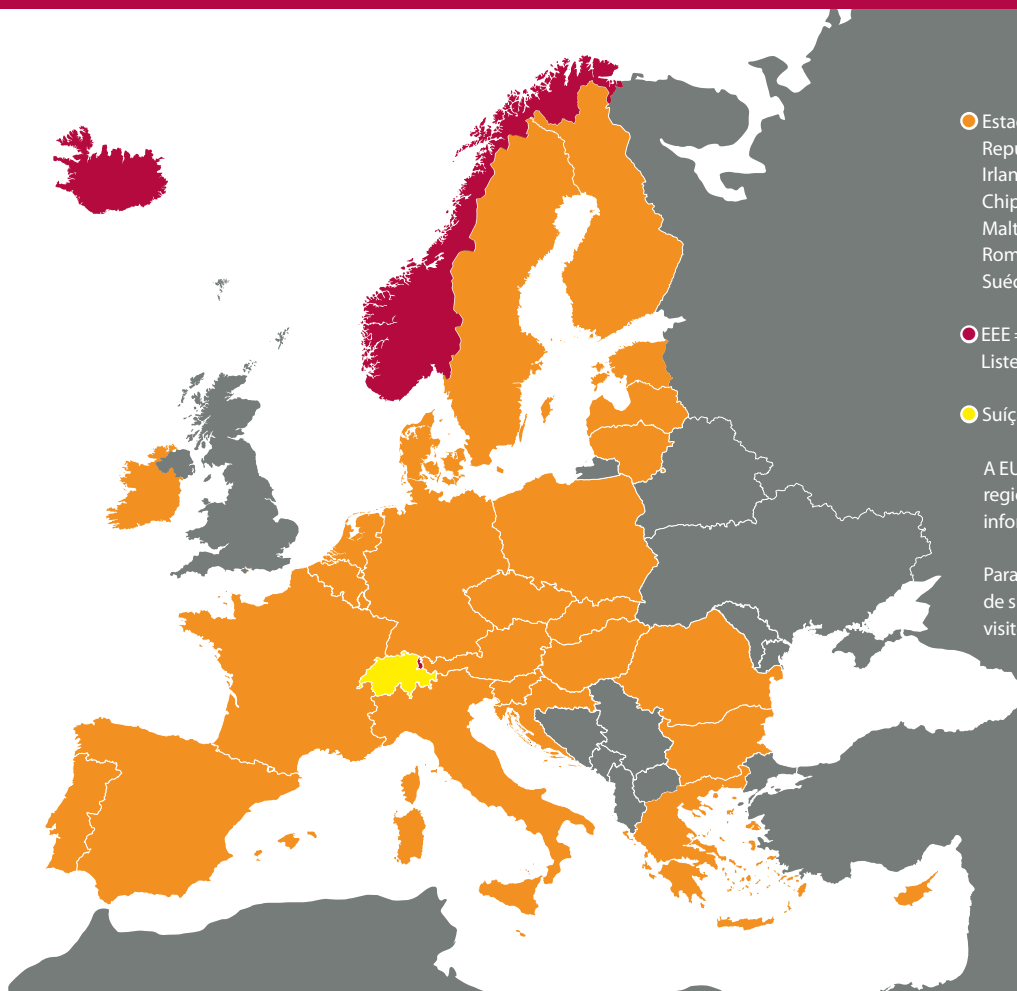
**Note que os serviços disponíveis podem variar de país para país ou de uma organização parceira do EURES para outra.**

Pode obter mais informações e os dados de contacto do seu conselheiro EURES local e de outros profissionais de recrutamento no portal da mobilidade profissional EURES.

### JORNADAS EUROPEIAS DO EMPREGO (EM LINHA) E OUTROS EVENTOS

Anualmente, realizam-se em toda a Europa centenas de eventos EURES, todos eles gratuitos e de fácil acesso. Os mais conhecidos são as Jornadas Europeias do Emprego, que propiciam o ambiente ideal para conhecer potenciais empregadores, seja no local ou em linha, bem como para beneficiar de períodos de perguntas e respostas ao vivo e sessões de acompanhamento personalizado através de videoconferência com peritos em mobilidade profissional e outros peritos pertinentes. A EURES organiza igualmente conferências, seminários e jornadas informativas sobre a mobilidade em geral em que os conselheiros EURES estão disponíveis para prestar aconselhamento especializado sobre a procura de emprego na Europa. Consulte o calendário de eventos no portal da mobilidade profissional EURES para obter mais informações sobre eventos na sua região.

# COMO PODE A EURES AJUDAR?



● Estados-Membros da UE: Bélgica, Bulgária, República Checa, Dinamarca, Alemanha, Estónia, Irlanda, Grécia, Espanha, França, Croácia, Itália, Chipre, Letónia, Lituânia, Luxemburgo, Hungria, Malta, Países Baixos, Áustria, Polónia, Portugal, Roménia, Eslovénia, Eslováquia, Finlândia e Suécia.

● EEE = Estados-Membros da UE + Islândia, Listenstaine e Noruega.

● Suíça.

A EURES está representada em diferentes regiões e em regiões transfronteiriças. Para mais informações, visite o portal EURES.

Para encontrar o conselheiro EURES mais perto de si, visite [eures.europa.eu](https://eures.europa.eu).

## SECÇÕES FUNDAMENTAIS

Para um candidato a emprego, este é o local onde pode encontrar informações sobre o trabalho no estrangeiro, a preparação para uma entrevista, a adaptação a uma nova vida num novo país, assim como informações sobre as possibilidades de ensino e formação oferecidas pela Comissão Europeia em toda a Europa.

- 1. O que pode a EURES fazer por si?** Pode consultar aqui todos os serviços prestados pelos membros e parceiros da EURES.
- 2. Procurar emprego.** Explica como encontrar um emprego em 31 países europeus, criar e gerir os seus perfis de procura de emprego em linha e subscrever alertas, por correio eletrónico, para ofertas de emprego que sejam do seu interesse.
- 3. Crie o seu CV em linha.** Permite-lhe criar e gerir o seu CV em várias línguas, gratuitamente, e, se assim o pretender, em formato Europass.
- 4. Contactar um conselheiro EURES** permite-lhe consultar os dados de contacto de um conselheiro EURES perto de si que o poderá ajudar a estabelecer uma correspondência entre os eventuais candidatos e os postos de trabalho vagos que o empregador pode ter dificuldade em preencher a nível local, regional ou nacional.

**5. Viver e trabalhar** contém informações práticas, jurídicas e administrativas sobre mobilidade. Consulte tendências atuais no mercado de trabalho europeu, por país, região e setor de atividade.

**6. O calendário de eventos** mostra-lhe futuros eventos de interesse na sua região. Esteja atento às Jornadas Europeias do Emprego e a outros eventos de recrutamento ou sessões informativas sobre mobilidade em geral com conselheiros EURES.

**7. Notícias** inclui os últimos artigos e vídeos sobre emprego e mobilidade na Europa. Veja as inspiradoras histórias de sucesso de outros empregadores que beneficiaram dos serviços da EURES.

**8. O boletim informativo «EURES & You»** tem uma periodicidade mensal e inclui informação sobre mobilidade profissional, tendências atuais, próximos eventos EURES, etc. Pode ler o boletim informativo em linha ou recebê-lo por correio eletrónico.

**9. Em Ajuda e apoio,** encontra respostas para a maioria das suas perguntas. O serviço de assistência da EURES está também disponível para responder às suas perguntas por telefone, correio eletrónico, conversa em linha ou Skype.

**10. Ligações** encaminha-o diretamente para outros sítios Web que abordam a mobilidade dos trabalhadores na Europa, incluindo serviços públicos de emprego nacionais, bem como um conjunto de publicações que o vão orientar na sua pesquisa.





## DESENVOLVIMENTO FUTURO E OUTROS SERVIÇOS

**As Jornadas Europeias do Emprego (em linha)** permitem aos candidatos a emprego e aos empregadores juntarem-se «virtualmente» e sem custos, poupando tempo e dinheiro gastos em viagens e estadias nas jornadas presenciais. Os participantes podem ver as suas apresentações, submeter candidaturas a ofertas de emprego e encontrar-se diretamente com recrutadores e conselheiros EURES. Consulte [europeanjobdays.eu](http://europeanjobdays.eu) para mais pormenores sobre as Jornadas do Emprego em linha passadas e futuras.



## CANDIDATAR-SE A UM EMPREGO

Encontrou uma oportunidade interessante? Agora, tem de preparar uma candidatura que o distinga! Os conselheiros EURES podem ajudá-lo nesta tarefa — ou poderá consultar o portal da mobilidade profissional para obter sugestões importantes.

Normalmente, a candidatura consiste numa carta de apresentação e no seu CV, apesar de alguns empregadores poderem exigir-lhe que preencha um impresso de candidatura normalizado. Lembre-se, esta é a primeira impressão que transmite ao empregador e, por esse motivo, deve dedicar algum tempo a aperfeiçoá-la.

- **A carta de apresentação:** A carta de apresentação: deve indicar as razões por que está interessado no cargo, os aspetos da sua formação que o tornam adequado para o posto de trabalho e o que pode trazer à empresa. Utilize linguagem clara, acessível e objetiva.
- **Preparar-se para uma entrevista:** A entrevista pode ter lugar pessoalmente ou por telefone: em qualquer caso, uma preparação minuciosa é essencial. Por precaução, leve consigo todos os documentos em papel, como o seu CV ou bilhete de identidade.

- **Conheça a empresa:** Certifique-se de que pesquisou sobre a empresa. Mostre estar bem informado sobre os seus negócios e sobre o que procura. Prepare algumas perguntas criteriosas sobre a empresa e o cargo oferecido, para demonstrar que efetuou a pesquisa necessária.
- **Conheça o emprego:** A descrição do emprego é a melhor pista que lhe é dada a respeito do que o empregador espera da entrevista. A descrição salienta o trabalho em equipa, a capacidade de iniciativa ou a flexibilidade? Mostre que cumpre cada um destes requisitos através de exemplos concretos e competências da sua experiência anterior.
- **Prepare-se para situações inesperadas:** Podem ser colocadas questões difíceis ou inesperadas. Não entre em pânico! Demonstre que sabe manter-se calmo sob pressão, refletindo um pouco sobre a pergunta e respondendo calmamente. Pouco importa que não conheça a resposta. Um empregador estará interessado em ver como formula a sua resposta e como procuraria encontrar novas informações.

## O CV

- Enumere, em primeiro lugar, a sua experiência e formação mais recentes.
- Utilize frases curtas e linguagem positiva.
- Realce as responsabilidades que apresentem interesse ao emprego pretendido e utilize verbos «ativos».
- O CV deve ser factual, atualizado e exato.
- Condense o seu CV num máximo de duas páginas.
- Dê o seu CV a ler a outra pessoa, de preferência um nativo da língua em que se candidata.



Deixar o seu país e chegar a um novo local pode ser uma experiência intimidante. Será necessário familiarizar-se com processos administrativos, conhecer pessoas e, porventura, aprender uma língua. Pode contactar o seu conselheiro EURES local para obter conselhos e informações antes de viajar.

Seguem-se algumas sugestões da EURES para facilitar o processo:

## MUDANÇA

- Resolva todas as questões pendentes e cancele os contratos com prestadores de serviços.
- Informe as autoridades locais de que vai mudar de país, se esse for o procedimento normal.
- Mude o seu endereço postal e indique o endereço para onde deve ser reencaminhado o correio que possa chegar depois da sua partida.
- Não se esqueça de levar consigo os documentos importantes — passaportes válidos ou bilhetes de identidade para si e para os seus familiares.

## CHEGADA

- **Habitação:** Alojamento: é útil pesquisar opções de alojamento antes de chegar ao novo país para que tenha uma ideia das zonas que convêm ao seu orçamento e às suas expectativas.

- **Segurança social:** Segurança social: todas as prestações de segurança social associadas a um contrato de emprego num determinado país são concedidas igualmente a todos os cidadãos dos Estados-Membros da União Europeia, bem como aos cidadãos da Islândia, Listenstaine, Noruega e Suíça. O mesmo se aplica aos «trabalhadores destacados», empregados num Estado-Membro da União Europeia mas enviados temporariamente para trabalhar noutro Estado-Membro (ver secção «Políticas e atividades» em [ec.europa.eu/social](http://ec.europa.eu/social)). As prestações sociais incluem a baixa por doença e a licença de maternidade, as prestações de desemprego e familiares, as prestações relativas a acidentes no trabalho e doenças profissionais e as pensões de invalidez e de reforma. Antes de abandonar o país de origem, contacte a sua instituição de segurança social para obter todas as informações necessárias e os impressos exigidos na União Europeia. Consulte também o Sistema de Informação Mútua sobre a Proteção Social na União Europeia (Missoc) no sítio Web acima.

- **Cartão Europeu de Seguro de Doença (CESD):** Está disponível gratuitamente para todos os cidadãos dos países da UE/EEE e da Suíça e permite-lhe aceder a cuidados de saúde urgentes no setor público (como, por exemplo, médicos, farmácias e hospitais) nas mesmas condições que os nacionais dos

países de acolhimento. Deve, contudo, procurar obter um seguro de saúde nacional no novo país logo após a chegada.

- **Pensão:** se recebe uma pensão de um ou vários Estados-Membros da União Europeia e vai viver para outro país da União Europeia, ou para a Islândia, Listenstaine, Noruega ou Suíça, pode continuar a receber no país de acolhimento a totalidade do montante da sua pensão estatal. Para mais informações sobre a forma como os seus direitos em matéria de segurança social são protegidos, consulte: [ec.europa.eu/social-security-coordination](http://ec.europa.eu/social-security-coordination).

- **Tributação:** os países europeus celebraram convenções fiscais bilaterais para evitar que os seus cidadãos sejam tributados duas vezes pela mesma atividade ou rendimento noutro país da Europa. Contacte as autoridades competentes no seu país de origem para obter aconselhamento personalizado.

A EURES pode prestar-lhe mais informações sobre todos estes temas. Visite as páginas da secção «Viver e trabalhar» do portal da mobilidade profissional EURES ou contacte o seu conselheiro EURES local.

Representando mais de 99 % das empresas da Europa, as pequenas e médias empresas (PME) constituem a espinha dorsal da sua economia, havendo um número sempre crescente de cidadãos europeus com a intenção de estabelecer o seu próprio negócio noutro país.

Se a sua cabeça está a ferver de ideias para criar uma empresa noutra local da Europa, seguem-se algumas recomendações:

- **Crie um plano de negócios:** certifique-se de que sabe exatamente em que consistirá a sua empresa, quais serão os custos e o tempo necessários para a sua instalação, assim como os processos administrativos por que terá de passar. Não deixe a elaboração do plano para quando chegar a um novo país — será mais fácil fazê-lo no seu país de origem. Contacte a câmara de comércio local, já que muitas delas disponibilizam cursos sobre a preparação de um plano de negócios completo.
- **Conheça melhor o novo país:** planeie algumas viagens ao país de destino antes da mudança definitiva. Conheça o sistema bancário, as práticas jurídicas e administrativas, assim como as pessoas e a cultura. Necessita de aprender uma língua? Inscreva-se num curso no país de origem para dominar bem a língua antes da mudança.

- **Peça conselhos a outro empresário:** contacte alguém que já tenha criado a sua própria empresa no país de destino. Ninguém o poderá aconselhar melhor do que uma pessoa que já tenha vivido a mesma experiência. O seu conselheiro EURES local poderá pô-lo em contacto com uma pessoa ou organização pertinente. Em alternativa, entre em [ec.europa.eu/enterprise/initiatives/sme-week](http://ec.europa.eu/enterprise/initiatives/sme-week) para saber mais sobre empresários de sucesso da União Europeia em cada país.

- **Rede Europeia de Empresas:** ajuda as pequenas empresas a tirar partido do mercado aberto europeu. Como empresário, encontra um vasto leque de informações provenientes das 600 organizações associadas na União Europeia e noutros locais. Visite: [Enterprise Europe Network](http://Enterprise Europe Network).

- **Instrumento Europeu de Microfinanciamento «Progress».** uma iniciativa da União Europeia destinada a facilitar o acesso ao crédito, até 25 000 euros, a pessoas que pretendam criar ou desenvolver a sua própria pequena empresa. Descarregue um folheto ([ec.europa.eu/social](http://ec.europa.eu/social)).

Encontra mais informações sobre as condições de trabalho aplicáveis aos trabalhadores destacados visitando o sítio Web da Fundação Europeia para a Melhoria das Condições de Vida e de Trabalho

(Eurofound), em [www.eurofound.europa.eu](http://www.eurofound.europa.eu). Pode igualmente falar com o seu conselheiro EURES local.

«Antes de partir para o estrangeiro, prepare um plano de negócios sólido, incluindo uma descrição do produto a fornecer ou do serviço a prestar, o público-alvo, a análise da concorrência existente e uma estratégia de marketing. E não se esqueça de um plano financeiro — não apenas para a empresa, mas um plano pessoal também. Se a pessoa que parte para o estrangeiro tenciona reformar-se no seu país de origem, deverá ter em conta o valor que a sua pensão obtida noutra Estado-Membro terá no seu país.»

*Conselheiro EURES, Países Baixos*

«Fui convidado para uma reunião de recrutamento com a EURES no Serviço Público de Emprego de Gotemburgo, Suécia. Tive uma entrevista com o Seven Seas Group, que procurava tripulações para vários navios de cruzeiro. Depois de uma profícua reunião de informação e posterior entrevista, foi-me oferecido emprego alguns meses mais tarde numa linha das Caraíbas, a minha opção preferida!»

*Stefan, candidato a emprego da Suécia*

Um mercado de trabalho transfronteiriço é uma zona onde trabalhadores que vivem num país podem viajar, numa base diária ou semanal, para trabalhar num país vizinho. Este regime é popular em toda a Europa: mais de 600 000 pessoas trabalham num país europeu diferente daquele em que vivem.

## SER TRABALHADOR TRANSFRONTEIRIÇO TEM VANTAGENS:

- o mercado de trabalho no país vizinho pode ser mais forte do que no seu país;
- não é necessário que a sua família mude de país consigo, pelo que os parceiros podem manter os empregos e os filhos podem prosseguir os estudos no seu próprio país;
- normalmente, é possível manter os seguros de saúde e segurança social no seu país de origem, o que facilita o processo.

É claro que a mobilidade pendular transfronteiriça envolve alguns desafios, como a diversidade de práticas administrativas e jurídicas nacionais. Existem, contudo, muitos serviços que ajudam os trabalhadores transfronteiriços nestas questões.

## NAS REGIÕES TRANSFRONTEIRIÇAS, A EURES ESTÁ DISPONÍVEL PARA:

- combinar candidatos a emprego com ofertas adequadas num país vizinho;
- disponibilizar informações sobre as condições de vida e de trabalho em dois países europeus diferentes e ajudá-lo nos aspetos jurídicos, administrativos e práticos; e
- acompanhar os mercados de trabalho nos dois países, prestando assim informações atualizadas sobre ofertas existentes aos candidatos a emprego.

A EURES participa em mais de 20 parcerias transfronteiriças em mais de 13 países. A fim de satisfazer a necessidade de informação e coordenação entre países, as parcerias transfronteiriças da EURES reúnem serviços nacionais de emprego e de formação profissional, sindicatos, autoridades locais e outras instituições que se dedicam ao emprego e à formação.

«Damos apoio, diariamente, a centenas de trabalhadores transfronteiriços que nos procuram com perguntas como: Onde pago os meus impostos? Onde posso requerer o abono de família? Posso utilizar os serviços de saúde? Este apoio ajuda a facilitar a transição dos trabalhadores móveis que se deslocam para outro país.»

*Cross Border Partnership, conselheiro EURES  
Irlanda e Irlanda do Norte*

«Eu já conhecia alguns aspetos da vida na Hungria, porque estudei lá, mas a EURES ajudou-me nos pormenores mais “técnicos” de viver entre dois países como, por exemplo, as diferenças entre os sistemas fiscais e de segurança social. Quando nos mudamos para um país estrangeiro, não sabemos o que nos espera. Cada país tem as suas especificidades, e poder contar com este aconselhamento é uma ajuda inestimável.»

*Marcel, candidato a emprego da Alemanha, a viver na Hungria e que se desloca para trabalhar na Áustria*

# O VALOR ACRESCENTADO DA EURES

## UM SERVIÇO PERSONALIZADO, PROFISSIONAL E GLOBAL

Há mais de 1 200 conselheiros EURES presentes em 31 países, todos eles especialistas no domínio da mobilidade dos trabalhadores europeus. Estão disponíveis para lhe fornecer aconselhamento personalizado com base nas suas competências, qualificações e na função pretendida, proporcionando apoio ao longo de todo o processo de mudança para outro país. Visite o portal da mobilidade profissional EURES para obter os dados de contacto do seu conselheiro EURES local.

«Uma Jornada Europeia do Emprego é, para muitos candidatos a emprego, uma primeira e interessante abordagem que lhes permite entrar em contacto com empresas que oferecem emprego e entregar diretamente o seu CV. A presença no local de várias agências de “trabalho temporário” é igualmente útil, assim como a disponibilidade de conselheiros EURES que podem prestar assistência nas candidaturas à mobilidade profissional.»

*Conselheiro EURES, Luxemburgo*

## JORNADAS EUROPEIAS DO EMPREGO (EM LINHA)

São eventos que têm lugar várias vezes por ano em toda a Europa, desde a Noruega até Chipre e desde Portugal até à Roménia. Constituem a oportunidade ideal para os candidatos a emprego se encontrarem com conselheiros EURES e com potenciais empregadores, presencialmente ou em linha. Os participantes podem discutir os seus planos e dirigir as suas perguntas a um conjunto de peritos em mobilidade profissional europeia através de seminários, debates, workshops e reuniões individuais presenciais (ou virtuais).

## INICIATIVAS ESPECIAIS DA EURES

Há uma série de programas específicos de mobilidade profissional que ajudam os candidatos a emprego e os jovens que procuram ou desejam mudar de emprego com idades compreendidas entre os 18 e os 30 anos a encontrar trabalho noutros países europeus, independentemente das suas qualificações, competências ou experiência, através da oferta de diferentes possibilidades de financiamento. Este serviço também proporciona vantagens significativas aos empregadores, uma vez que lhes permite abrir a sua empresa a uma força de trabalho que poderão não conseguir encontrar a nível local, regional ou nacional, ajudando-os assim a encontrar candidatos adequados para vagas difíceis de preencher (ver eures.europa.eu).

«Particpei numa feira de emprego em Basileia, onde conheci um conselheiro EURES do Luxemburgo. Que me deu conselhos práticos e úteis, incluindo informações sobre o mercado de trabalho, as condições de vida e de trabalho no país, e sobre a forma como me candidatar a emprego, bem como os passos a dar antes de partir para o estrangeiro.»

*Candidato a emprego oriundo da Suíça, a viver e a trabalhar no Luxemburgo*



## **CONTACTAR A UNIÃO EUROPEIA**

### **Pessoalmente**

Em toda a União Europeia há centenas de centros Europe Direct. Pode encontrar o endereço do centro mais próximo em linha ([european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us\\_pt](http://european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us_pt)).

### **Por telefone ou por escrito**

Europe Direct é um serviço que responde a perguntas sobre a União Europeia.

Pode contactar este serviço:

- pelo telefone gratuito: 00 800 6 7 8 9 10 11 (alguns operadores podem cobrar estas chamadas),
- pelo telefone fixo: +32 22999696,
- através do seguinte formulário: [european-union.europa.eu/contact-eu/write-us\\_pt](http://european-union.europa.eu/contact-eu/write-us_pt)

## **ENCONTRAR INFORMAÇÕES SOBRE A UNIÃO EUROPEIA**

### **Em linha**

Estão disponíveis informações sobre a União Europeia em todas as línguas oficiais no sítio Europa ([european-union.europa.eu](http://european-union.europa.eu)).

### **Publicações da União Europeia**

As publicações da União Europeia podem ser consultadas ou encomendadas em [op.europa.eu/pt/web/general-publications/publications](http://op.europa.eu/pt/web/general-publications/publications). Pode obter exemplares múltiplos de publicações gratuitas contactando o seu centro local Europe Direct ou de documentação ([european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us\\_pt](http://european-union.europa.eu/contact-eu/meet-us_pt)).

### **Legislação da União Europeia e documentos conexos**

Para ter acesso à informação jurídica da União Europeia, incluindo toda a legislação da União Europeia desde 1951 em todas as versões linguísticas oficiais, visite o sítio EUR-Lex ([eur-lex.europa.eu](http://eur-lex.europa.eu)).

### **Dados abertos da União Europeia**

O portal [data.europa.eu](http://data.europa.eu) dá acesso a conjuntos de dados abertos das instituições, organismos e agências da União Europeia. Os dados podem ser descarregados e reutilizados gratuitamente, para fins tanto comerciais como não comerciais. Este portal também disponibiliza uma série de conjuntos de dados dos países europeus.

## ESTÁ INTERESSADO NAS PUBLICAÇÕES DA DIREÇÃO-GERAL DO EMPREGO, DOS ASSUNTOS SOCIAIS E DA INCLUSÃO?




- Pode descarregá-las ou assiná-las gratuitamente em:  
[ec.europa.eu/social/publications](https://ec.europa.eu/social/publications)
- Não hesite também em assinar gratuitamente o boletim informativo eletrónico da Comissão Europeia intitulado Social Europe (Europa Social), em:  
[ec.europa.eu/social/e-newsletter](https://ec.europa.eu/social/e-newsletter)
- Pode subscrever o boletim informativo da EURES em: [eures.europa.eu](https://eures.europa.eu)

## OS PRINCIPAIS SÍTIOS WEB E PROGRAMAS DA UNIÃO EUROPEIA REFERIDOS NESTA BROCHURA SÃO OS QUE SE SEGUEM:

- Portal da mobilidade profissional EURES:  
[eures.europa.eu](https://eures.europa.eu)
- Rede Europeia de Empresas:  
[portal.enterprise-europe-network.ec.europa.eu](https://portal.enterprise-europe-network.ec.europa.eu)
- Empresários da União Europeia:  
[ec.europa.eu/enterprise/initiatives/sme-week](https://ec.europa.eu/enterprise/initiatives/sme-week)
- Jornadas Europeias do Emprego:  
[europeanjobdays.eu](https://europeanjobdays.eu)
- Perguntas sobre a União Europeia: [europa.eu/europedirect](https://europa.eu/europedirect)
- Instrumento Europeu de Microfinanciamento «Progress». Descarregue um folheto em:  
[ec.europa.eu/social](https://ec.europa.eu/social)
- Quadro Europeu de Qualificações (QE):  
[ec.europa.eu/eqf](https://ec.europa.eu/eqf)

- Programas de apoio no domínio da educação:  
[ec.europa.eu/education](https://ec.europa.eu/education)
- Sistema de Informação Mútua sobre a Proteção Social:  
[ec.europa.eu/missoc](https://ec.europa.eu/missoc)
- Trabalhadores destacados:  
[ec.europa.eu/social](https://ec.europa.eu/social)
- Direitos à segurança social:  
[ec.europa.eu/social-security-coordination](https://ec.europa.eu/social-security-coordination)
- A sua Europa. Ajuda e aconselhamento para os cidadãos da União Europeia e seus familiares:  
[europa.eu/youreurope/citizens](https://europa.eu/youreurope/citizens)
- O teu primeiro emprego EURES:  
[ec.europa.eu/social](https://ec.europa.eu/social)

## SIGA-NOS NAS REDES SOCIAIS:

-  [euresjobs](https://euresjobs)
-  [socialeurope](https://socialeurope)
-  [EURESjob](https://EURESjob)
-  [EURES European Employment Services](https://EURES European Employment Services)

