

**ERASMUS-EUROPASS  
KARRIERNAP  
LÉPJ ELŐRE!**



# Hogyan profitáljunk a külföldi munkatapasztalatból itthon?



Farkas László - EURES Magyarország



***Külföldre akarok kijutni!!!  
Minél hamarabb!!!  
Ajánljanak nekem valamit!  
MOST AZONNAL!***



# Amiről szó lesz...

Élet- és mobilitás tervezés

Nélkülözhetetlen alapok az induláshoz

Eszközök, amelyek segítenek a célod elérésében

Hogyan kerüljük ki a csapdahelyzeteket?

A külföldi tapasztalataid értékesítése itthon



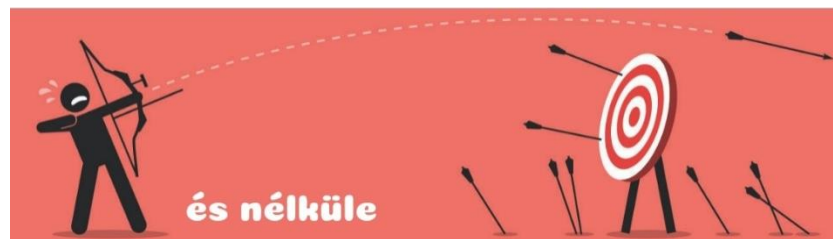


# Élet- és mobilitás tervezés

1. Mi a pontos célod az életben?
2. Ismered-e az erősségeidet és a gyengeségeidet?
3. Mennyit tudsz arról, amire készülsz?



# Élet- és mobilitás tervezés



**TÁJÉKOZÓDJ**, hogy mi mennyit ér, minek mi a valós ára. (A Tiéd mennyi?)

**TUDD**, mi az elvárás, kereslet-kínálat itthon és külföldön.

**TANULJ** folyamatosan, hogy ne „gazosodj” be.

**TÉGY** is azért, hogy azt a bért kaphasd meg, amiért tulajdonképpen tanultál, gyakoroltál, küzdöttél, és amihez ugyanolyan jogod van, mint a „belföldieknek”.



# Élet- és mobilitás tervezés

 6. fázis: **Külföldi tartózkodás után**

 5. fázis: **Külföldi tartózkodás alatt**

 4. fázis: **A költözés tervezése**

 3. fázis: **Álláskeresés és pályázás**

 2. fázis: **Előkészületek és leltározás**



 1. fázis: **Célmeghatározás**

# Nélkülözhetetlen alapok az induláshoz

1. Önismeret! ➔ 2. Kompetenciák

3. Nyelvtudás

4. Országismeret

5. Valós álláslehetőségek

6. Pénz



7. Vészhelyzeti  
forgatókönyvek



# Eszközök

1. EURES és EUROPASS portálok
2. ESCO
3. Kalkulátorok, online eszközök
4. Célzott mobilitási programok



## EURES

### Az Európai Foglalkoztatási Mobilitás Portálja

[Statistika](#) [Súgó és támogatás](#) [Linkek](#) [Bejelentkezés](#)[Kezdőlap](#) [Álláskeresők](#) [Munkaadók](#) [Élet és munka](#) [Drop'pin@EURES](#) [Az EURES szolgáltatásai](#)

## Bárhol dolgozhat Európában

### Keressen állást és találja meg a megfelelőt!

[Álláskeresés](#)[Jelöltek keresése](#)[Országinformációk](#)[Bejelentkezés](#)**2,779,383**MAI NAPI ÁLLÁS AJÁNLATOK AZ  
EURES-EN >**445,323**

ÖNÉLETRAJZOK &gt;

**15,968**

MUNKAADÓK &gt;

**1,004**

EURES-TANÁCSADÓK &gt;

# EURES-portál: eures.europa.eu

Hely

- Németország (69,354)
- Belgium (11,184)
- Franciaország (8,768)
- Ausztria (6,829)
- Cseh Köztársaság (3,327)
- Svájc (2,941)
- Hollandia (2,518)**
- Szlovákia (1,951)
- Norvégia (1,553)
- Spanyolország (1,539)
- Horvátország (1,212)
- Lengyelország (1,043)
- Svédország (918)
- Görögország (612)
- Finnország (605)
- Magyarország (540)
- Egyesült Királyság (431)
- Litvánia (397)
- Románia (392)
- Luxemburg (217)
- Bulgária (200)
- Lettország (151)

# Álláskeresés ?

Az álláshirdetésekkel kapcsolatos specifikus adatminőségi nyilatkozat és használati feltételek

Jelenleg 2760643 állás vár Önre!

> Összes mező

+ Kulcsszó hozzáadása

TÖRLÉS

> KERESÉS

▼ [Részletes keresés](#)

Aktív szűrők

Összes mező: waiter ✕ Ország: Hollandia ✕

Mentés új keresési profilként

A keresés 2,518 álláshirdetést talált (Megjelenített találatok: 1-10).

Keressen ... szerint **Relevancia** ▼  
Találatok száma oldalanként **10** ▼

1

2

3

...

251

252

következő >>

## **Waiter/Waitress Japanese Restaurant** - 1 álláshely

Hollandia (NL) : Groot-Amsterdam 2 nappal ezelőtt (05/09/2020)

**Munkaadó:** Hotel Okura Amsterdam

**Kategória:** Felszolgálók

Tasks and responsibilities

# Álláskereső

Az álláshirdetésekkel kapcsolatos specifikus adatminőségi nyilatkozat és használati feltételek

Jelenleg 2760643 állás vár Önre!

Összes mező waiter

Összes mező (írjon be egy kulcsszót)

Összes mező  
Foglalkozás megnevezése  
Munkaköri leírás  
Munkáltató neve  
Álláshirdetés azonosítója

- Fegyveres erők
- Vezetők
- Felsőfokú képzettséget igénylő foglalkozások
- Felsőfokú képzettséget igénylő foglalkozások
- Irodai foglalkozások
- Szolgáltatási és értékesítési foglalkozások
- Szakképesített mezőgazdasági és halászati foglalkozások
- Szakképzettséget igénylő ipari foglalkozások
- Gépkézelők, összeszerelők és járművezetők
- Egyszerű foglalkozások

Állások minimális száma:

Nyelvismeret:

+ Új nyelvi készség megadása

Extra ellátások:

+ Extra juttatások hozzáadása

TÖRLÉS

KERESÉS

Kevesebb keresési feltétel

Aktív szűrők

Összes mező: waiter Ország: Hollandia

Mentés új keresési profilként

Sokoldalú szűrési lehetőségek

...és el is mentheted!

Search pincér

FOGLALKOZÁS

- pincér/pincérnő
- vezető sommelier
- sommelier
- barista
- főpincér/főpincérnő
- koktélpultos

# pincér/pincérnő

Discuss this topic in the Online Forum

Code

5131.2

Leírás

A pincérek/pincérnők a rendelés szerinti ételekkel és italokkal látják el a vendégeket. A pincérek/pincérnők általában éttermekben, bárókban és szállodákban dolgoznak. Többek között asztalt terítenek, ételeket és italokat szolgálnak fel, valamint a fizetési tranzakciókat intézik.

Értelmező megjegyzések

Excludes head waiter/head waitress. Excludes bartender.

Alternatív kifejezés

- főpincér
- pincérek
- éttermi felszolgáló
- főpincérnő
- pincér
- pincérnő

Szabályozási szempont

Ha ellenőrizni szeretné, hogy egy adott foglalkozás szabályozottnak minősül-e az uniós tagállamokban, az EGT-tagállamokban vagy Svájcban, keresse fel a szabályozott szakmák bizottsági adatbázisának weboldalát. A szabályozott szakmák adatbázisa: [http://ec.europa.eu/growth/single-market/services/free-movement-professionals/qualifications-recognition\\_hu](http://ec.europa.eu/growth/single-market/services/free-movement-professionals/qualifications-recognition_hu)

Hierarchia

**Az ESCO is hasznos segítség.**

Alapvető készségek és képességek  
 a felületeket tisztítja  
 az élelmiszerekre vonatkozó biztonsági egészségügyi  
 megfelel  
 az ügyfélszolgálat fenntartásáról gondoskodik  
 azonosítja a vevői igényeket  
 bemutatja az étlapon szereplő kínálatot  
 csapatban dolgozik a vendéglátás területén  
 elkészíti a forró italokat  
 elkészíti az alkoholos italokat  
 ellenőrzi az ételminőséget  
 ellenőrzi az étterem tisztaságát  
 előkészíti nyitásra az éttermi szolgáltatásokat  
 feldolgozza a kifizetéseket  
 felszolgálja az italokat  
 felveszi a vendégek étel- és italrendelését  
 figyelmet fordít az ételek és italok részleteire  
 kapcsolatot tart fenn a vásárlókkal  
 kifizetéseket fogad számlák ellenében  
 kiszolgálja a VIP vendégeket  
 különleges alkalmakra illő ételeket ajánl  
 megerterti elrendezi az asztalokat

Alapvető ismeretek  
alkoholtartalmú italok

vallási kulturális eredetű étkezési szokások allergia

EUROPEAN JOB DAY

# VISSZA A PÁLYÁRA

Magyar Állás Nap

🕒 08 Október 2020

@ Online esemény



FIND YOUR JOB IN EUROPE  
More info at [europeanjobdays.eu](http://europeanjobdays.eu)

**Online állásbörzék: [www.europeanjobdays.eu](http://www.europeanjobdays.eu)**





**ÉTTERMI MUNKA**

**NÉMETORSZÁG**

**TAPASZTALAT SZÜKSÉGES**

FÉRFI 20-40

ÉVES KORIG

NŐ 25-38

**1000-1500€/HÓNAP**

**SZÁLLÁS ÉS ÉTKEZÉS INGYENES**

**PÁROS HELY NINCSEN!**

**TÖBB INFÓ PRIVÁT ÜZENETBEN**

# Vigyázz, csapda!

11:22 4G

Magyarok Kínai étter...

Gyors munkalehetőség keressen  
fix 350.000 Ft 💰💰 karácsony előtt 🎄🍀🎁

Hívjanak bizalommal 🤝 nyelvtudás nem szükséges a munkák betöltésére

Németország 📍 egész területén éttermi munkalehetőség várja 🗣️🗣️

Nyelvtudás illetve önköltség nélkül is 🙌  
minden héten 2x indul járatunk kedden illetve pénteki napon!

Minden info privatba illetve

• Pultos (Minimális angol vagy német nyelvt... Tovább

Tetszik Hozzászólás

Németország 📍 Vendéglátás !!

Gyors munkalehetőség 💰💰🗣️🗣️

Betanított munka !!

Önköltség illetve Nyelvtudás nélkül is !!

Minden héten leszervezett indulás 9 személyes kisbusszal !!

Ingyenesen biztosított szállás étkezés !!

Hívj bátran viberen is elérhető vagyok !!

Kiutazás költsége levonható az elsőhavi fizetésből !!

5 9



# Mire figyelj oda?

- Legyen érvényes **munkaszerződésed!**
- **Bejelentett munkavégzés** legyen, ne feketemunka!
- Ismerd a **foglalkoztatási szabályokat.**
- Tudd, mennyi a **levonás** pontos mértéke (adó, tb, stb).
- Legyen **társadalombiztosításod!**
- **Ne fizess a közvetítőknek!**
- Ne menj bele **látszatfoglalkoztatásba!**  
(pl. Ha önálló vállalkozóként akarnak foglalkoztatni.)
- Munkaviszonyról, biztosított időszakról **igazolások!**



# Hazatérés főbb okai

- Családi okok (újraegyesítés, idősgondozás, honvágy)
- Külföldi szerződés lejárt vagy megszüntették.
- A mobilitási terv teljesült.
- Kellemetlen tapasztalatok: idegengyűlölet, izoláció.
- Láncreakció mobilitás – egyik után megy a másik is.
- Ötletek saját vállalkozás indítására hazatérés után.

*Forrás: Peergroups & migration; CEEYouth research projects.*





# Változások a hazatérés után?

- Szélesebb látószög és nagyobb rugalmasság.
- Stabilabb a foglalkoztatási helyzetük, mielőtt kimentek.
- Magasabb fizetés és státusz elérése.
- Soft és hard skillek tudatosabb használata.
- Problémamegoldó képesség javul.
- Társadalmi változások elindítása.
- Saját vállalkozás beindítása.



# Még a hazatérés előtt el kell kezdened...

- **Újratanulni az egész országot.** (Változások!)
- Mérleget készíteni. (Miben erősödtél?)
- Figyelni a hazai munkaerőpiacot, új állásokat.
- Kapcsolatokat építeni. (Tudjanak az érkezésedről.)
- Ütős álláspályázatokat készíteni és pályázni.
- Lelkileg felkészülni az elutasításra és a kultúrásokra.
- A költözést tervezni (hová, mikor, hogyan?)
- Saját vállalkozás beindítását előkészíteni.



# Hogyan győzzük meg a szkeptikus munkaadókat?

- Önértékeléssel a szerzett kompetenciákról.
- Történetmeséléssel bemutatkozáskor.
- Ajánlásokkal, felmutatható bizonyítékokkal.
- Végrehajtható, reális tervekkel, ötletekkel.
- A mérhető minőséggel.
- KNOWHOW!

**„Tehát... mit is hoztál magaddal?”**



# Hogyan rontsuk el?

- Hivalkodjunk a külföldön megkeresett pénzünkkel!
- Panaszkodjunk, kritizáljunk sokat!
- Mutassunk teljes érdektelenséget és/vagy cinizmust!
- Hangosan ne vessük ki a felajánlott bért/munkakört!
- Folyton hasonlítgassunk! („Bezzeg külföldön...!”)
- CSAK LAZULJUNK! (Ne csináljunk sokáig semmit.)

**„Te miben leszel más?”**



# ÖSSZEFOGLALVA:

**Legyen célod.  
Tervezd meg minden  
lépésedet alaposan.**

**Használd az eszközöket és  
erőforrásokat.**

**Önmagad menedzsere  
vagy.  
Értékesítsd  
a képességeidet.**

(Ne félj semmitől!)



# Az EURES is segít Neked.

**A mobilitás megtervezésében.  
(ODA-VISSZA)**

**Megbízható állásinformációkkal.  
(KÜLFÖLDI és ITTHONI)**

**Felkészít a hazatérésre.  
(VÁLTOZÁSOK)**

**Eszközöket kínál.  
(ONLINE)**

**Támogat az elhelyezkedésben.  
(KÖZVETÍTÉS)**

**Összekapcsol.  
(HÁLÓZAT)**



## Itt érsz el bennünket:



**[eures.munka.hu](https://eures.munka.hu)**



**[eures@lab.hu](mailto:eures@lab.hu)**



**[facebook.com/EURESHungary](https://facebook.com/EURESHungary)**



**[linkedin.com/in/eures-hungary](https://linkedin.com/in/eures-hungary)**



**[instagram.com/eures.hungary](https://instagram.com/eures.hungary)**



**[eurescue.blog.hu](https://eurescue.blog.hu)**