



Manuale dello stage in Europa

ISFOL

QUARTA
EDIZIONE

Ciao

CZEŠTINA PRAVISCZANÉ

Buñña *Hola*

Servus SALUT

Kaiko

Ofayoo

Ahoj

Haloo

Saluton

Hal'lo

Aloha

zdravo

Hei

Tena koe

NI HAO

ΕΠΙΦ

привет

L'**ISFOL**, ente nazionale di ricerca, opera nel campo della formazione, del lavoro e delle politiche sociali al fine di contribuire alla crescita dell'occupazione, al miglioramento delle risorse umane, all'inclusione sociale e allo sviluppo locale. Sottoposto alla vigilanza del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali, l'ISFOL svolge e promuove attività di studio, ricerca, sperimentazione, documentazione e informazione, fornendo supporto tecnico-scientifico ai Ministeri, al Parlamento, alle Regioni, agli Enti locali e alle altre istituzioni, sulle politiche e sui sistemi della formazione e apprendimento lungo tutto l'arco della vita e in materia di mercato del lavoro e inclusione sociale. Fa parte del Sistema statistico nazionale e collabora con le istituzioni europee. Svolge il ruolo di assistenza metodologica e scientifica per le azioni di sistema del Fondo Sociale Europeo ed è Agenzia nazionale del programma comunitario Erasmus+ per l'ambito istruzione e formazione professionale.

Presidente: Pier Antonio Varesi

Direttore Generale: Paola Nicastro

ISFOL – Istituto per lo Sviluppo della Formazione Professionale dei Lavoratori

Corso d'Italia, 33

00198 ROMA

tel. + 39 06854471

www.isfol.it

Manuale dello stage in Europa

Quarta edizione

a cura di Ginevra Benini e Giulia Tosi

Il presente "Manuale dello stage in Europa" rientra nelle attività del Centro Nazionale Euroguidance, costituito presso l'ISFOL – Struttura "Metodologie e strumenti per le competenze e le transizioni" e promosso dalla Commissione europea – DG Istruzione e Cultura – e dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali.

Testo a cura di Ginevra Benini e Giulia Tosi

Autori

Ginevra Benini (paragrafi 1.4, 2.2, 3.1, 3.1.1, 3.1.2, 3.1.3, 3.2.4, box 1 e 2)

Concetta Fonzo (paragrafi 1.3.1, 1.3.2, 1.3.4, 1.3.5, 2.5)

Marianna Forleo (paragrafo 1.3.3)

Roberta Grisoni (paragrafi 2.1, 3.2.5)

Giuseppe Iuzzolino (paragrafi 1.2, 2.3, 4.1)

Silvia Lotito (paragrafi 1.5, 2.4)

Giulia Tosi (paragrafi 1.1, 2.6, 3.2, 3.2.1, 3.2.2, 3.2.3)

Le Schede Paese sono state redatte da Ginevra Benini, Concetta Fonzo, Marianna Forleo, Roberta Grisoni, Giuseppe Iuzzolino, Silvia Lotito e Giulia Tosi.

Si ringraziano per la collaborazione

Rosanna Donà delle Rose, *Consigliere di Amministrazione, Gruppo Marzotto*

Paolo Di Girolamo, *Professore Associato presso la Scuola di Ingegneria dell'Università degli Studi della Basilicata*

Federica Cagliarelli, *Professional in Partnerships and Research, Telecom Italia*

Maria Virginia Campanelli, *Talent recruiting & employer branding Manager, Nestlé in Italia*

Amelia de Rosa, *Responsabile funzione Knowledge Management, Telecom Italia*

Ilaria di Carlo, *Professional in People Value – Research and Education, Telecom Italia*

Maria Chiara Fadda, *External Communication Specialist, Nestlé in Italia*

Franca Fiacco, *Direttore Agenzia Nazionale Erasmus+ (ambito VET)*

Luisa Gatti, *Talent Acquisition Human Capital Development, Unicredit*

Maria La Rocca, *Responsabile della funzione Partnerships and Research, Telecom Italia*

Dario Manna, *Project coordinator Your first Eures Job – Città Metropolitana di Roma Capitale – Capitale Lavoro S.p.A.*

Luisella Silvestri, *Statistiche e analisi, comunicazione, Agenzia Nazionale Erasmus+ (ambito Università)*

Ismene Tramontano, *Responsabile del Centro Nazionale Euroguidance Italia*

Luca Vignaga, *Direttore delle Risorse Umane, Gruppo Marzotto*

Un particolare ringraziamento agli ex tirocinanti intervistati per il prezioso contributo fornito

Coordinamento editoriale: Giulia Tosi

Editing: Ginevra Benini, Giuseppe Iuzzolino, Silvia Lotito e Giulia Tosi

Copertina: Paolo Cardoni

Quarta edizione del *Manuale dello stage in Europa*.

Il testo è stato chiuso nel novembre 2015. La sitografia è stata consultata nel novembre 2015.

Finito di stampare nel novembre 2015 presso la Pierrestampa

Le opinioni espresse in questo lavoro impegnano la responsabilità degli autori e non necessariamente riflettono la posizione dell'Ente.

Copyright (C) [2015] [ISFOL]

Quest'opera è rilasciata sotto i termini della licenza Creative Commons Attribuzione – Non commerciale

Condividi allo stesso modo 4.0. Italia License

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>



ISSN 1974-9449



Premessa	7
1 Destinazione Europa	8
1.1 Lo stage in Europa	9
1.2 Organizza il tuo stage	15
1.3 Biglietti da visita	18
1.3.1 La lettera di presentazione	18
1.3.2 Il Curriculum Vitae	21
1.3.3 Il Portafoglio Europass	24
1.3.4 La certificazione delle competenze linguistiche	26
1.3.5 La selezione	29
Box 1. Cosa mettere nella valigia: la documentazione richiesta	32
1.4 Affronta il tuo stage	33
1.5 Valorizza il tuo stage	38
2 Trovare uno stage	41
2.1 Il Programma Erasmus+	42
2.2 Your first Eures Job	48
2.3 Le associazioni studentesche internazionali	50
2.4 La ricerca sul web	54
2.5 Gli stage nelle organizzazioni internazionali	61
2.6 L'autocandidatura	67
Box 2. Lo stage nel resto del mondo	69
3 I protagonisti dello stage	71
3.1 Cosa vogliono le aziende	72
3.1.1 Gruppo Marzotto	74
3.1.2 Gruppo Nestlé in Italia	76
3.1.3 Telecom Italia	78
3.1.4 Unicredit	80
3.2 La parola agli stagisti	81
3.2.1 Gianluca, Lussemburgo	83
3.2.2 Martina, Londra	84
3.2.3 Marco, Amburgo	85
3.2.4 Claudia, Parigi	86
3.2.5 Omar, Praga	87



4 Paese per Paese	89
Le Schede Paese	91
I Paesi dell'Unione europea	93
■ Austria	94
■ Belgio	99
■ Bulgaria	103
■ Cipro	106
■ Croazia	111
■ Danimarca	116
■ Estonia	120
■ Finlandia	124
■ Francia	129
■ Germania	134
■ Grecia	138
■ Irlanda	142
■ Italia	147
■ Lettonia	151
■ Lituania	156
■ Lussemburgo	161
■ Malta	166
■ Paesi Bassi	170
■ Polonia	175
■ Portogallo	179
■ Regno Unito	184
■ Repubblica Ceca	189
■ Romania	193
■ Slovacchia	197
■ Slovenia	202
■ Spagna	207
■ Svezia	212
■ Ungheria	216
I Paesi dello Spazio Economico Europeo	220
■ Islanda	221
■ Liechtenstein	225
■ Norvegia	228
I Paesi non Ue della Rete Euroguidance	232
■ Serbia	233
■ Turchia	236

Premessa

L'alternanza fra scuola e lavoro, la contaminazione fra due mondi che appaiono ancora troppo separati nei percorsi dei giovani, è un tema sempre più al centro del dibattito e dell'agenda politica. In particolare, i dati sull'inserimento dei giovani nel lavoro – tasso di disoccupazione e quota di NEET – segnalano una situazione “emergenziale” che concordemente si ritiene di affrontare a partire dalla diffusione di esperienze di inserimento nel sistema produttivo realizzate già durante gli anni dei percorsi di studio e formazione. “La Buona Scuola” – approvata con legge n. 107/2015 – ha fondato su questo assunto l'introduzione dell'obbligo di realizzare esperienze in alternanza che coinvolgano tutti gli studenti per almeno 400 ore nell'ultimo triennio dell'istruzione secondaria superiore (200 ore per i licei).

La costante attualità del tema dell'alternanza e la sua centralità nel dibattito fra i decisori e gli *stakeholders* spiegano solo in parte il successo di questo *Manuale dello stage in Europa*, giunto ormai alla quarta edizione. La ragione principale del favore che il volume continua ad incontrare presso i giovani sta soprattutto nel suo “registro espressivo”: un testo pensato per i ragazzi, che usa un linguaggio adatto ai giovani, che offre una pluralità di informazioni per progettare da subito un'esperienza di stage all'estero. Uno strumento operativo, utile a orientare i giovani, che presenta le caratteristiche dei dispositivi di stage dei diversi Paesi e fornisce una serie di riferimenti per avviare l'organizzazione della mobilità.

L'esperienza di stage è un modo per approfondire quanto appreso nei percorsi formali e mettere in pratica le competenze acquisite. Ma è ormai sufficientemente noto che le competenze sviluppate attraverso l'inserimento in un contesto produttivo sono in primo luogo quelle definibili “trasversali” e che rimandano al “saper essere”, ovvero all'apprendere come si sta in un contesto organizzativo, quali “codici” formali e informali devono essere rispettati, come ci si relaziona con colleghi e superiori, ecc. Su questo si fonda l'invito rivolto ai giovani nella prima parte del Manuale a fare uno stage anche in ambiti che sono diversi e non necessariamente coerenti con quello scelto per il proprio percorso di studio: un tirocinio all'estero è comunque un'esperienza che arricchisce.

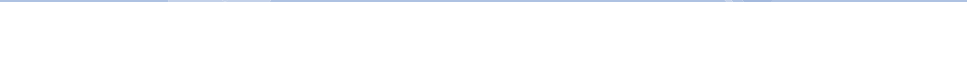
Uno stage in un Paese europeo concorre al raggiungimento di un'ulteriore finalità: consente di ampliare ulteriormente il set di competenze acquisibili, con riferimento a quelle linguistiche, ma soprattutto alla capacità di confrontarsi con ambienti e culture diverse dai propri, di acquisire nuove abilità utili a confrontarsi in società sempre più multiculturali. Sostanzialmente promuovere la mobilità nel contesto europeo è un modo per contribuire alla costruzione e al rafforzamento di una identità e una cittadinanza europea, per supportare un processo di avvicinamento fondato sulla piena portabilità delle qualificazioni possedute.

È in questa direzione che l'Isfol è impegnato da alcuni anni e attraverso vari progetti a realizzare strumenti a supporto della mobilità in Europa, rivolti agli studenti, alle scuole, alle famiglie.

A stylized map of Europe in a light blue color, overlaid with a network of dashed white lines representing flight paths. Several white airplane icons are scattered across the map, indicating various destinations. The overall background is a solid light blue.

1

**DESTINAZIONE
EUROPA**

A solid white horizontal bar located at the bottom of the page.

1.1 Lo stage in Europa

Cos'è uno stage

Per stage o tirocinio si intende **un periodo di pratica lavorativa (di durata limitata) il cui obiettivo è l'acquisizione di un'esperienza professionale finalizzata a migliorare l'occupabilità**¹.

In altri termini il tirocinio è un'**esperienza formativa on the job** che ti consente di:

- ✈ avere un contatto diretto con il mondo del lavoro
- ✈ acquisire competenze professionali spendibili sul mercato del lavoro
- ✈ orientarti alla scelta della professione
- ✈ migliorare le tue *chances* di trovare un'occupazione.

Stage e tirocinio sono di fatto sinonimi: dire *stage* oppure *tirocinio* è la stessa cosa (così come il tirocinante è spesso chiamato anche stagista o *stagiaire*). Tieni presente che *stage* è un termine francese che non va pronunciato, come invece molti fanno, all'inglese. Nei Paesi anglofoni tirocinio si dice *internship* o *traineeship*, mentre *stage* vuol dire "fase, periodo, palcoscenico".

Fare uno stage può essere non solo un'eccezionale opportunità per **crescere, umanamente e professionalmente**, ma anche per dare un **valore aggiunto al tuo Curriculum**, in vista del tuo inserimento professionale. Non solo: molte aziende, soprattutto quelle grandi, spesso utilizzano proprio il tirocinio come modalità di selezione, come momento di passaggio per formare e valutare potenziali collaboratori o per avviare un inserimento professionale. Il datore di lavoro che offre un posto ad un ex tirocinante ha maggiori garanzie di assumere un giovane con le competenze di cui ha bisogno, già testato in azienda e "conosciuto"; potrà così ottimizzare il processo di reclutamento, senza correre il rischio di scegliere una persona "sbagliata". Le grandi aziende prediligono chi abbia già effettuato almeno uno stage perché il neoassunto avrà probabilmente minori difficoltà di inserimento ed una maggiore familiarità con i ritmi di lavoro e le esigenze di un'organizzazione aziendale.

Anche quando non si concluda con un'assunzione o con una proposta di collaborazione, lo stage rimane comunque un ottimo lasciapassare, un'esperienza sempre più richiesta dalle imprese, una carta in più rispetto a chi ha nel suo Curriculum solo titoli di studio.

Se un tirocinio consente quindi di acquisire una serie di competenze che solo un'esperienza pratica può darti, **uno stage svolto all'estero ti dà quel vantaggio competitivo** che – soprattutto in un periodo di crisi economica – può essere decisivo per trovare un'occupazione.

L'aver fatto uno stage all'estero eleva notevolmente l'interesse che le aziende e le organizzazioni in genere dedicheranno al tuo CV durante la fase di selezione di nuovi collaboratori. Attenzione però: non sempre, e non in tutti i Paesi, gli stage prevedono una retribuzione; aspetto non secondario, considerando le numerose spese che dovrai

1. È la definizione europea del tirocinio all'interno della [Raccomandazione del Consiglio del 10 marzo 2014 su un Quadro di qualità per i tirocini \(2014/C 88/01\)](#).

sostenere durante un tirocinio all'estero. Se disponi di un *budget* limitato potrai provare a partecipare a programmi o bandi che mettono a disposizione borse di studio o di mobilità (vedi in particolare Par. 2.1 e 2.2).

Perché fare un tirocinio, quando e dove farlo

Un buono stage può essere un ottimo trampolino di lancio per entrare nel mondo del lavoro, per acquisire competenze e pratiche professionali (**aspetto formativo**), ma anche per districarsi nella difficile scelta di una professione (**aspetto orientativo**). Attraverso la conoscenza diretta in un contesto produttivo e l'esperienza pratica in un ambito professionale, potrai capire se un certo tipo di lavoro è in linea con le tue aspettative, attitudini e aspirazioni. Un'esperienza di tirocinio può quindi contribuire ad "orientarti" ad effettuare delle scelte, a maggior ragione se tale esperienza avviene durante gli anni in cui stai ancora seguendo un percorso di studio e di formazione.

Per esempio, se lo stage viene fatto a cavallo dei due cicli di laurea, può servire a: ■ confermare o modificare la tua scelta universitaria specialistica ■ sperimentare, all'interno di uno stesso settore produttivo, uno o più indirizzi specialistici, per essere in grado, al termine dello stage, di confermare o eventualmente cambiare la tua scelta ■ orientarti verso un nuovo ambito professionale e formativo, qualora desiderassi prendere un altro indirizzo di studio.

L'ideale, forse, è fare uno stage all'estero eventualmente dopo averne già fatto uno in Italia. Se vuoi avere maggiori informazioni su questa opportunità, puoi leggere o consultare il **Manuale del tirocinante**, che spiega in maniera semplice, Regione per Regione, come attivare un tirocinio extracurriculare in Italia. Questa esperienza ti consentirebbe di avere un primo contatto con il mondo produttivo, auspicabilmente vicino a casa, senza l'aggravio di trovarti – magari per la prima volta – a vivere da solo, dovendo parlare (per lavoro!) una lingua straniera. Successivamente potresti provare a fare il grande salto con un *internship* all'estero, quindi non solo inserendoti in una dimensione aziendale, ma anche in un contesto ambientale e linguistico diverso dal tuo.

Perché fare un tirocinio?

- X imparare a lavorare, acquisendo competenze professionali
- X orientarti nella scelta di una professione
- X fare un'esperienza pratica in un contesto produttivo
- X acquisire codici aziendali e relazioni professionali
- X metterti alla prova, conoscerti e farti conoscere
- X poter inserire nel CV un punto forte a tuo favore!

Perché fare un tirocinio all'estero?

Per gli stessi i motivi indicati sopra e inoltre:

- X mettere alla prova le tue conoscenze linguistiche
- X confrontarti con culture diverse e nuovi modelli di comportamento
- X arricchire il tuo CV con un ulteriore elemento molto forte a tuo favore!

È importante tenere presente che svolgere dei periodi di stage durante il proprio percorso scolastico, non necessariamente all'interno del proprio settore di studi è, fra i giovani europei, una pratica molto diffusa. Ci si diploma o ci si laurea solo dopo aver fatto una o più esperienze dirette in un contesto produttivo: che sia uno stage nel tuo Paese o all'estero, oppure un lavoro estivo, sono tutti ottimi strumenti di formazione ed ineguagliabili momenti di crescita.

Bisogna infine considerare, e mai sottovalutare, un elemento importante: l'**aspetto linguistico**. Per fare un tirocinio all'estero è indispensabile avere una buona conoscenza della lingua del Paese di destinazione e/o un inglese fluente, se esplicitamente richiesto. Non si fa un tirocinio per imparare una lingua straniera! L'inglese, o la lingua di riferimento del Paese di destinazione, deve essere già conosciuta ad un livello discreto, perché sarà necessario non solo comunicare, ma anche lavorare in quella lingua.

Se vuoi imparare una lingua, o fare un po' di pratica, è più utile cercare un lavoro estivo – il cosiddetto *summer job* – molto utilizzato soprattutto all'estero da ragazzi intraprendenti che vogliono mettersi in gioco, facendo pratica "sul campo", mentre svolgono un lavoro, anche se poco qualificato o magari lontano dal proprio ambito di studio.

I diversi tipi di tirocini

Prima di addentrarti nella lettura del Manuale e nella ricerca dello stage, devi innanzitutto tenere presente che non esiste un unico tipo di tirocinio. L'Europa ha individuato ben 6 diversi tipi di stage²:

- ✈ i **tirocini curriculari** ➤ sono svolti all'interno di un percorso di istruzione o formazione, quindi destinati a studenti (di scuole secondarie, università, centri di formazione) e possono essere sia obbligatori che opzionali. Nel caso di tirocini curriculari obbligatori, nella maggior parte dei Paesi europei fanno parte integrante del percorso didattico e sono necessari per ottenere il titolo di studio (in Italia, per esempio, sono legati all'acquisizione dei crediti formativi);
- ✈ i **tirocini extracurriculari** ➤ non rientrano in alcun piano di studi e sono generalmente svolti da inoccupati, disoccupati e giovani che hanno concluso il proprio percorso di istruzione o formazione. Sono anche chiamati "tirocini sul mercato libero" (*traineeships in the open market*): in alcuni Paesi europei, come ad esempio Francia e Paesi Bassi, non vengono più fatti;
- ✈ i **tirocini previsti all'interno dei programmi di Politiche attive del lavoro** (*Active Labour Market Policies*) ➤ sono destinati a giovani disoccupati, come ad esempio quelli offerti dal Programma europeo denominato **Garanzia Giovani**³;
- ✈ i **tirocini per l'accesso alle professioni regolamentate** ➤ sono generalmente obbligatori in tutti i Paesi europei per diventare avvocati, medici, commercialisti, insegnanti, architetti, ecc.;

2. European Commission – Directorate General for Employment, Social Affairs and Inclusion – *Study on a comprehensive overview on traineeship arrangements in Member States* – European Union, May 2012.

3. Per l'Italia il sito di Garanzia Giovani è www.garanziaiovani.gov.it; la Raccomandazione del Consiglio di riferimento è la 2013/C 120/01 del 22.04.2013.

- ✈ i **tirocini estivi** ➤ sono rivolti ad adolescenti e giovani regolarmente iscritti presso un istituto scolastico, un ente di formazione o un'università e devono essere svolti durante la pausa estiva, ovvero nel periodo compreso tra la fine dell'anno scolastico (o accademico) e l'inizio del successivo;
- ✈ gli **stage transnazionali** ➤ sono le esperienze di stage svolte all'estero, argomento di questo Manuale.

Al di là dei diversi tipi di tirocini che possono variare molto da Paese a Paese per definizione, destinatari, durata, modalità di svolgimento, ecc., esistono alcuni elementi comuni che legano il concetto stesso di tirocinio in tutti i Paesi dell'Ue, ovvero: ■ la finalità formativa generale ■ l'elemento pratico dell'apprendimento ■ il carattere temporaneo del tirocinio⁴. Per aiutarti a capire meglio e a districarti in questo complesso panorama ecco due box che fanno il punto su come funziona il tirocinio e cosa dice la legge in Europa e in Italia.

Come funziona in Europa

Ogni Stato membro dispone di una molteplicità e varietà di leggi e regolamenti che disciplinano i vari tipi di tirocini, come descritto nel già citato studio della Commissione europea⁵. In linea molto generale le legislazioni adottate dai diversi Paesi, ancorché molto diverse fra loro, cercano di definire e regolamentare almeno: ■ il concetto di tirocinio ■ lo *status* del tirocinante ■ i termini e le condizioni associati all'esperienza (durata, aspetti assicurativi, ecc.).

Inoltre alcuni Paesi hanno emanato delle leggi *ad hoc* in materia, mentre in altri Stati non ci sono regolamenti specifici, ma si fa riferimento ai tirocini all'interno di leggi che riguardano l'istruzione e la formazione oppure il lavoro e le politiche occupazionali.

I tirocini obbligatori nell'ambito dell'istruzione/formazione e quelli legati alle Politiche attive del lavoro di ogni Paese tendono generalmente ad essere normati, mentre quelli sul mercato libero sono meno soggetti a regolamentazione. I tirocini curriculari sono molto spesso regolati, organizzati e vigilati in modo indipendente e autonomo direttamente dalle istituzioni scolastiche, formative o universitarie coinvolte, così come i tirocini obbligatori per l'accesso alle professioni dispongono solitamente di un proprio apparato normativo. Tutte queste diversità legislative comportano, oltre ad una grande variabilità fra Stato e Stato, anche delle notevoli differenze nell'attuazione pratica e nella qualità dell'offerta, per esempio rispetto ai contenuti di apprendimento, alle condizioni di lavoro, ecc. Anche per cercare di orientarsi fra le diverse legislazioni europee è stato pensato e realizzato questo Manuale: all'interno di ogni Scheda Paese, nel IV Capitolo, troverai un paragrafo dedicato alla normativa di riferimento di quel Paese in materia di tirocini.

4. European Commission – Directorate General for Employment, Social Affairs and Inclusion – *Study on a comprehensive overview on traineeship arrangements in Member States* – European Union, May 2012.

5. *Ibidem*.

Come funziona in Italia

Il tirocinio coinvolge tre soggetti: ■ il tirocinante ■ il soggetto ospitante, cioè la struttura (pubblica o privata) presso la quale viene svolto ■ il soggetto promotore, ovvero un ente “terzo”, a cui spetta il compito di assicurarne il corretto svolgimento.

Il tirocinio viene attivato sulla base di una **Convenzione** (stipulata tra il soggetto promotore e il soggetto ospitante) in cui vengono definiti gli impegni, gli obblighi e le responsabilità delle due parti contraenti e di un **Progetto formativo individuale** (che deve essere firmato dal promotore, dall'organizzazione ospitante e dal tirocinante) in cui vengono descritti i contenuti e gli obiettivi formativi del singolo tirocinio.

Il **soggetto promotore**⁶ ha la responsabilità di garantire la regolarità e la qualità dell'esperienza formativa. Tra i suoi numerosi compiti, i più importanti sono: ■ occuparsi degli aspetti amministrativi, come le assicurazioni obbligatorie ■ individuare un tutor didattico-organizzativo ■ stipulare la Convenzione di tirocinio con il soggetto ospitante ■ collaborare alla redazione del Progetto formativo ■ monitorare il buon andamento dell'esperienza ■ rilasciare al tirocinante l'attestazione dei risultati, specificando le competenze acquisite.

Il **soggetto ospitante**, che può essere un'azienda, un'amministrazione pubblica, un'associazione, ecc., è l'organizzazione in cui viene inserito il tirocinante ed ha il compito di: ■ stipulare la Convenzione con il soggetto promotore ■ definire il Progetto formativo in collaborazione con il soggetto promotore ■ designare un tutor aziendale che affianchi il tirocinante sul luogo di lavoro ■ collaborare con il soggetto promotore nelle attività di monitoraggio e verifica ■ rispettare e far rispettare il Progetto formativo anche ai fini del rilascio dell'attestazione sulle attività svolte⁷.

Il **tirocinante** è tenuto a: ■ svolgere le attività previste dal Progetto formativo, osservando gli orari concordati e rispettando i regolamenti aziendali ■ seguire le indicazioni dei tutor ■ aggiornare la documentazione relativa al tirocinio (registro presenze, scheda delle attività, ecc.). Fra i suoi diritti ricordiamo: ■ essere assicurato ■ ricevere, al termine dell'esperienza, un'attestazione delle attività svolte e delle competenze acquisite.

I **due tutor** sono le figure-chiave per la buona riuscita dell'esperienza, infatti hanno la responsabilità di rispettare e far rispettare gli impegni stabiliti nel Progetto formativo. Il tutor del soggetto ospitante (detto comunemente **tutor aziendale**) è per il tirocinante un punto di riferimento costante durante tutto il percorso formativo, dal momento che ha il compito di affiancarlo, supportarlo e formarlo, verificando periodicamente i risultati raggiunti. Il tutor del soggetto promotore (detto anche **tutor didattico-organizzativo**) ha invece la funzione di garantire il corretto svolgimento dell'esperienza, monitorando il percorso formativo e verificando che tutto si svolga nel rispetto di quanto previsto dal piano di formazione. Un rapporto di fattiva collaborazione tra i due tutor e fra questi ed il tirocinante è alla base di un tirocinio qualitativamente valido e realmente formativo.

6. Il soggetto promotore nei tirocini extracurricolari può essere un Centro per l'impiego, un'università, una scuola, un centro di formazione professionale, ecc., mentre nei tirocini curricolari è l'istituzione scolastica o l'università in cui lo studente è iscritto.

7. Il soggetto ospitante, nel caso di *tirocini extracurricolari*, ha anche l'obbligo di corrispondere al tirocinante l'indennità di partecipazione prevista dalla legge.

Cosa trovi in questo Manuale

Il Manuale è composto da 4 capitoli, tutti pensati ed elaborati per essere d'aiuto, nella pratica, a chi voglia intraprendere uno stage al di fuori dei confini nazionali: essere informati e consapevoli di ciò a cui si andrà incontro è sicuramente un ottimo punto di partenza.

Il primo capitolo, **“Destinazione Europa”**, è composto da diversi paragrafi dedicati alla definizione, organizzazione, preparazione e valorizzazione di un'esperienza di tirocinio all'estero. Per poter fare uno stage in Europa è infatti indispensabile sapere quali sono i requisiti richiesti e conoscere i diversi aspetti – economici, linguistici, psicologici – che entrano in gioco; insomma si deve essere preparati ad organizzare uno stage e a predisporre i relativi documenti: la lettera di presentazione, il CV, le certificazioni, ecc.

Il secondo capitolo del Manuale, **“Come trovare uno stage”**, mette a fuoco i diversi modi per cercare e trovare un tirocinio, possibilmente quello... giusto! Qui vanno presi in esame tanti fattori: il Paese, la lingua, l'azienda, un buon Progetto formativo che magari abbracci più settori aziendali. Certamente è importante scegliere con cura sia il luogo di destinazione che il settore di attività dell'azienda. Hai tantissimi modi per trovare uno stage e puoi anche tentare più strade contemporaneamente: dalle offerte proposte dall'Ufficio stage della tua università (nel caso di stage curriculari), ai siti web (nazionali ed internazionali) specializzati in materia, contattando un'associazione studentesca internazionale o proponendo autonomamente la tua candidatura ad alcune aziende attentamente selezionate.

Nel terzo capitolo diamo la parola ai veri **“Protagonisti dello stage”**, ovvero le aziende ospitanti e gli stagisti. Attraverso alcune interviste a grandi aziende che inseriscono tirocinanti possiamo cogliere il punto di vista imprenditoriale sul tema (le necessità, le esigenze, le diverse modalità di selezione, ecc.) e, attraverso il racconto di alcuni ex stagisti, possiamo conoscere le aspettative, le paure, le storie che caratterizzano ogni percorso di tirocinio.

Il quarto ed ultimo capitolo, **“Paese per Paese”**, è dedicato alle Schede di 33 Paesi europei: i 28 dell'Unione europea⁸, i 3 Paesi dello Spazio Economico Europeo (Islanda, Liechtenstein e Norvegia), a cui si aggiungono la Serbia e la Turchia in qualità di membri della Rete Euroguidance. Per capire come trovare un tirocinio nel Paese che ti interessa puoi utilizzare le fonti proposte in questa parte del Manuale.

Sul sito dell'Isfol (www.isfol.it) e su quello di Euroguidance Italia (www.isfol.it/euroguidance) è disponibile la **versione digitale del Manuale** attraverso la quale potrai aprire e consultare direttamente tutti gli indirizzi web citati nel testo.

8. Austria, Belgio, Bulgaria, Cipro, Croazia, Danimarca, Estonia, Finlandia, Francia, Germania, Grecia, Irlanda, Italia, Lettonia, Lituania, Lussemburgo, Malta, Paesi Bassi, Polonia, Portogallo, Regno Unito, Repubblica Ceca, Romania, Slovacchia, Slovenia, Spagna, Svezia, Ungheria.

1.2 Organizza il tuo stage

Uno stage in Europa può essere uno snodo decisivo nel tuo percorso di crescita personale e professionale. Tuttavia, prima di iniziare a cercare il tuo stage, dovrai capire se hai tutte le carte in regola per fare questo tipo di esperienza. Non bastano la voglia di partire, la determinazione, la motivazione. È ovvio che questi aspetti non devono mancare, ma per poter pianificare seriamente un tirocinio all'estero, dovrai preliminarmente verificarne l'effettiva fattibilità, individuando gli eventuali problemi ed ostacoli che possono far saltare i tuoi piani.

Per far questo dovrai innanzitutto porti tre domande:

- ✈ sono pronto ad affrontare uno stage all'estero?
- ✈ sono in grado di sostenere le spese necessarie?
- ✈ le mie conoscenze linguistiche sono adeguate a questo tipo di esperienza?

L'approccio mentale

Quando pensi di fare un'esperienza all'estero, sei probabilmente animato dal legittimo entusiasmo di chi immagina di vivere una nuova, importante avventura umana e professionale. E in effetti nella maggior parte dei casi uno stage in Europa è proprio questo; a volte però l'impatto con la nuova realtà può essere più duro del previsto e dall'entusiasmo iniziale si può passare facilmente alla delusione e alla voglia di tornarsene a casa.

Prevenire le difficoltà aiuta ad evitare brutte sorprese: prima di iniziare la ricerca dello stage, devi cercare di capire se sei pronto, se hai la "testa giusta" per questa esperienza. Devi riflettere su te stesso, sul tuo carattere, sul tuo modo di essere e le tue esigenze. Devi "anticipare" i problemi che potresti incontrare e capire se sei adatto ad un percorso impegnativo come un tirocinio all'estero.

Dunque, prima di cercare lo stage, devi innanzitutto interrogarti sulla tua tenuta psicologica: *"Ho la capacità (e la voglia) di ambientarmi in un Paese diverso dal mio per lingua, abitudini, stile di vita, cultura, clima, ecc.? Ho la capacità di inserirmi in un contesto lavorativo del tutto nuovo e sconosciuto? Sarò in grado di organizzarmi la vita da solo, senza il sostegno e l'assistenza di familiari, parenti e amici?"*.

Se vuoi fare un tirocinio all'estero, devi essere in grado di gestire quella più o meno elevata quota di stress inevitabilmente legata a queste situazioni; devi essere pronto a rinunciare, temporaneamente, alle tue abitudini, al tuo ambiente, alle comodità "di casa" e alle persone che ti sono vicine; devi essere pronto a metterti in gioco. Forse all'inizio non sarà facile, ma se saprai resistere alle difficoltà iniziali, col tempo imparerai ad organizzarti la vita e comincerai ad apprezzare i vantaggi della tua nuova situazione: indipendenza, nuove amicizie, nuovi stimoli. In questo senso un'esperienza del genere è un po' un esame di maturità: se l'affronterai con lo spirito giusto, alla fine sarai una persona più matura, più solida, più sicura.

Il budget

Uno stage in Europa non è soltanto un investimento sul tuo futuro: è anche **un investimento economico**. Anche nel caso di un tirocinio retribuito, infatti, è improbabile che l'indennità prevista sia sufficiente a coprire tutte le spese da affrontare (viaggio, vitto, alloggio, trasporti, tempo libero). È per questo che, prima di metterti alla ricerca dello stage, dovrai fare una stima di massima del budget che avrai a disposizione. La somma di cui potrai disporre è infatti un fattore che inciderà notevolmente sui criteri della tua ricerca: se hai un budget molto elevato, potrai candidarti anche per stage non pagati e in Paesi in cui il costo della vita è più alto che in Italia; al contrario, se disponi di un budget limitato, dovrai cercare un tirocinio retribuito, preferibilmente in un Paese in cui il costo della vita non sia particolarmente elevato e scegliere un alloggio economico, ad esempio un ostello della gioventù o una stanza in uno studentato.

Tieni inoltre presente che in alcuni casi l'impegno economico può essere meno oneroso del previsto. Può capitare, ad esempio, che le spese di viaggio vengano sostenute dall'azienda ospitante (o dall'ente organizzatore, se si è vinto un bando nell'ambito di un Programma europeo, vedi Par. 2.1 e 2.2), oppure che l'azienda metta a disposizione un alloggio o un servizio mensa gratuiti o a prezzi ridotti; talvolta, inoltre, si può usufruire di abbonamenti ai trasporti a tariffe agevolate (in molti Paesi gli studenti usufruiscono di questo tipo di agevolazione).

Un'ultima, importante considerazione: il **valore effettivo** del tuo budget dipenderà in gran parte dal Paese in cui farai lo stage. Ad esempio, con 500 euro al mese potrai coprire tranquillamente tutte le spese previste per uno stage in Bulgaria, dove il salario minimo mensile non raggiunge i 200 euro, mentre in Lussemburgo, dove lo stipendio minimo si aggira intorno ai 2.000 euro, 500 euro potrebbero non bastare neppure per l'alloggio⁹.

La lingua

Prima di candidarti per un'offerta, come si è già detto, devi tenere presente questa regola non scritta: si può fare uno stage per migliorare la conoscenza di una lingua, ma **non si può fare uno stage per imparare da zero una nuova lingua**. Sicuramente può essere utile, in fase di selezione, esibire un certificato che attesti il livello delle tue competenze linguistiche (vedi Par. 1.3.4), ma quello che conta è che, nel momento in cui entrerai in azienda, tu abbia una conoscenza della lingua tale da poter comunicare e interagire adeguatamente con i tuoi colleghi. Non è detto però che, per fare uno stage in un determinato Paese, sia necessario conoscerne la lingua: in alcune aziende, soprattutto nelle multinazionali e negli ambienti lavorativi multiculturali, anziché la lingua locale si utilizza quella "veicolare" o "commerciale". La lingua veicolare più utilizzata è l'inglese, ma, a seconda della nazione e dell'azienda, può anche essere il francese, lo spagnolo, il tedesco, ecc.

A questo punto, dopo aver riflettuto sulla tua tenuta psicologica, economica e linguistica, per organizzare efficacemente la ricerca del tirocinio non ti rimane che chiarirti le idee su due questioni importanti: quello che intendi ottenere dallo stage e quando intendi farlo.

9. Su questi temi vedi il Par. "Tenore di vita" all'interno delle singole Schede Paese nella IV Parte del Manuale.

Cosa vuoi ottenere dallo stage?

Per trovare il tirocinio che fa per te, devi prima capire quali sono gli obiettivi che intendi raggiungere attraverso questa esperienza. **I tuoi obiettivi giocano un ruolo fondamentale nella ricerca dello stage:** sono, per così dire, i filtri della tua ricerca.

- ✈️ Vuoi migliorare la conoscenza di una determinata lingua? Allora cercherai uno stage soltanto nei Paesi in cui si parla quella lingua (o nei Paesi in cui è utilizzata come lingua veicolare).
- ✈️ Vuoi approfondire e testare sul campo le conoscenze apprese a scuola o all'università? Allora cercherai uno stage i cui contenuti formativi siano in linea con il tuo percorso di studi.
- ✈️ Vuoi metterti alla prova in un contesto competitivo, internazionale e multiculturale? Allora cercherai un tirocinio in una grande azienda o in una multinazionale.

Avere le idee chiare su ciò che vuoi ottenere ti permetterà di effettuare una ricerca mirata, di cercare uno stage le cui caratteristiche (Paese di destinazione, area professionale di inserimento, settore economico dell'azienda, tipologia di organizzazione ospitante, ecc.) siano in linea con le tue esigenze e le tue aspettative.

Tieni inoltre presente che, per mettere a fuoco gli obiettivi del tuo tirocinio, devi prima fare una riflessione più complessiva sul tuo futuro di vita e di lavoro, sul tuo percorso scolastico e formativo e sulle tue attitudini e aspirazioni: lo stage ideale è quello che si inserisce armonicamente nel quadro del tuo progetto professionale e personale.

Quando intendi fare questa esperienza?

Se vuoi che lo stage in Europa soddisfi le tue esigenze, dovrai agire per tempo e pianificare adeguatamente la tua ricerca. Cercare un tirocinio in Europa richiede tempo, pazienza, determinazione, fortuna. È quindi buona norma **iniziare la ricerca alcuni mesi prima rispetto al periodo in cui si intende farlo**. Se, ad esempio, vuoi fare uno stage per preparare la tesi di laurea, ti converrà rivolgerti al servizio tirocini della tua Università (e parallelamente iniziare una tua ricerca autonoma) almeno 6 mesi prima di iniziare a lavorare alla tesi.

Allo stesso modo è opportuno, non appena ottenuto lo stage, attivarsi immediatamente per **trovare un alloggio**, senza aspettare di recarsi nel Paese di destinazione (a questo proposito puoi consultare il paragrafo "Dove alloggiare" in ognuna delle Schede Paese di questo Manuale).

Un ultimo consiglio: se ti è possibile, cerca di svolgere un tirocinio *durante* il percorso di studi o di formazione. In tal modo, non appena conseguito il titolo di studio, potrai già vantare un'esperienza professionale utile per entrare nel mondo del lavoro.

Dopo aver fatto le debite riflessioni su tutti questi aspetti, potrai iniziare a cercare il tuo stage in maniera più mirata e consapevole. Ora, per poter proporre la tua candidatura, dovrai preparare nel modo migliore i tuoi "biglietti da visita": il prossimo paragrafo ti spiega come fare.

1.3 Biglietti da visita

1.3.1 La lettera di presentazione

Cos'è

La **lettera di presentazione** (o **di accompagnamento**) insieme al Curriculum Vitae (CV) rappresentano due importanti documenti di presentazione, pertanto costituiscono un vero e proprio biglietto da visita.

A cosa serve

La lettera di presentazione è una nota che introduce alla lettura del CV. In sintesi, l'obiettivo deve essere quello di portare all'attenzione di chi legge i principali aspetti del CV, allo scopo di ottenere un colloquio.

Tipologie

Esistono **due tipi di lettere di presentazione**: quella in **risposta ad un annuncio di stage (o di lavoro)** e quella di **autocandidatura** (vedi Par. 2.6). Nel primo caso è fondamentale che emerga la congruenza tra quello che si è e che si sa fare e il profilo ricercato dall'azienda; nel secondo caso lo scopo della lettera è suscitare la curiosità e l'interesse del selezionatore.

Le regole di redazione della lettera di accompagnamento possono cambiare da nazione a nazione; tuttavia, nonostante le differenze, la lettera presenta caratteristiche simili in ogni Paese europeo, in termini di **forma, stile e contenuti**.

Forma e stile

Una lettera di accompagnamento, per essere di impatto deve includere alcuni elementi essenziali ed avere le seguenti caratteristiche:

- ✈ innanzitutto, **deve essere sintetica** (non più di 15/20 righe): in qualità di nota introduttiva al tuo Curriculum, con la lettera di presentazione devi portare all'attenzione del selezionatore le informazioni contenute nel CV, che ritieni possano essere rilevanti per l'azienda;
- ✈ la presentazione, poi, **deve essere chiara e semplice**: prediligi frasi brevi ed evita di scrivere periodi troppo lunghi o complessi. Il selezionatore non ha né la voglia né il tempo di interpretare concetti profondi e articolati;
- ✈ inoltre, **la lettera di accompagnamento, come il CV, deve essere ordinata e completa**. Ci sono diverse informazioni che la lettera deve necessariamente contenere, come ad esempio: dati del mittente, dati del destinatario, oggetto (in caso di risposta ad un annuncio, nell'oggetto si metterà il relativo riferimento; mentre, in caso di candidatura spontanea si può scrivere semplicemente "autocandidatura"), luogo, data e firma. Non dimenticarti di dire che alla lettera è allegato il Curriculum Vitae;
- ✈ ovviamente, **il testo della lettera deve essere privo di errori**: considerando che dovrai scrivere la lettera in una lingua straniera – una lingua che comunque dovresti già conoscere – fatti aiutare da qualcuno che la conosca perfettamente (meglio ancora se madrelingua) o almeno fatti correggere il testo. Errori di ortografia, di grammatica

o di sintassi riducono fortemente l'*appeal* della tua candidatura. Un'ulteriore raccomandazione: parla sempre in prima persona, mai in terza;

- ✈ **la lettera**, infine, **deve essere informale e, al fine di essere selezionata, originale**: una lettera esageratamente formale ed asettica non invoglia a leggere il tuo CV. Un briciolo di brillantezza e originalità, evitando gli eccessi, possono costituire fattori di successo.

Contenuti

Una lettera di accompagnamento per essere completa e fare effetto, in sintesi, deve includere i seguenti punti:

- ✈ **autopresentazione** ➤ presentati brevemente, non per nome e cognome ma attraverso il tuo *status*: *"Sono un giovane diplomato/laureato in..."*, *"Sono un tecnico/ingegnere informatico..."*, ecc.;
- ✈ **motivazioni** ➤ chiarisci in modo semplice e sintetico perché sei interessato a quella specifica posizione di stage (se stai rispondendo ad un'offerta) o perché sei interessato a fare uno stage in quella specifica azienda (se ti stai proponendo con un'autocandidatura). È un punto fondamentale: le motivazioni fanno spesso la differenza;
- ✈ **obiettivi professionali** ➤ indica i tuoi obiettivi professionali (non necessariamente a lungo termine), badando bene che siano raggiungibili e in linea con quelli dell'azienda. Devi dimostrare di conoscere l'azienda/l'ente: occorre sapere cosa fa, qual è la sua *mission*, quali sono i prodotti e le loro caratteristiche, come si muove sul mercato, ecc.;
- ✈ **vantaggi per l'azienda** ➤ spiega brevemente quale tipo di contributo pensi di poter offrire all'organizzazione ospitante in termini di conoscenze, competenze, capacità, ecc. Lo stage è sì un periodo di formazione, ma l'azienda pretende comunque qualcosa in cambio. È molto importante che ci sia congruenza tra il tuo modo di essere, le tue conoscenze, competenze, inclinazioni da una parte e gli obiettivi e la cultura dell'azienda dall'altra. Ricorda: i tuoi punti di forza devono tornare utili all'azienda;
- ✈ **obiettivo della lettera** ➤ non dimenticare di indicare il motivo per cui stai inviando la lettera e il tuo CV: ottenere un colloquio e, possibilmente, lo stage;
- ✈ **ringraziamenti e saluti** ➤ chiudi la lettera con ringraziamenti e saluti, in modo sobrio ma non eccessivamente formale.

Un ultimo consiglio: se ne hai la possibilità, cerca di ottenere una **"lettera di referenze"** da un tuo professore, da un tuo ex datore di lavoro o magari anche dal responsabile di un'associazione in cui hai fatto volontariato. Le tue capacità e competenze possono essere "rafforzate" da una lettera di referenze e le possibilità di essere contattati possono aumentare notevolmente.

Le regole redazionali appena descritte sono universalmente valide. Esistono però alcune piccole differenze da nazione a nazione. Ecco alcune peculiarità della lettera di presentazione in quattro grandi Paesi europei: Francia, Gran Bretagna, Germania e Spagna.

Francia

Lettre de motivation – Per i francesi quel che conta è che sia ben chiara la motivazione. Occorre quindi porsi le seguenti domande: perché vuoi fare uno stage proprio in quell'azienda? Perché ti interessa proprio quella posizione? Uno stesso CV può anche essere inviato a più aziende, ma la lettera di presentazione ("motivazione") è unica per ogni singola azienda.

Gran Bretagna

Cover letter – Nella lettera devi indicare chiaramente le competenze che possiedi e che ti rendono adatto al ruolo per cui ti stai candidando. Se hai già avuto esperienze lavorative o di stage, descrivile brevemente. Attenzione ad alcuni aspetti apparentemente insignificanti: stampa la lettera su carta di buona qualità e non inviare fotocopie.

Germania

Bewerbungsschreiben – Devi innanzitutto indicare in modo chiaro le conoscenze e le competenze di cui disponi. Tuttavia ciò che caratterizza la lettera di accompagnamento in Germania è che in genere ad essa vanno allegati, oltre al CV, le copie degli attestati e dei certificati che hai conseguito, opportunamente ordinati e raccolti in una *Bewerbungsmappe* (piccola cartella).

Spagna

Carta de presentación – La lettera deve rispondere innanzitutto a queste domande: quali sono le ragioni che ti hanno spinto a contattare quella specifica azienda? Quale contributo pensi di poter apportare? Pertanto è fondamentale conoscere bene l'azienda a cui ti rivolgi. Evidenzia inoltre, in modo sintetico, i punti di forza del CV e accenna brevemente alle tue "competenze trasversali" o "*soft skills*" (capacità di apprendimento, abilità relazionali, ecc.).

1.3.2 Il Curriculum Vitae

Cos'è

Il Curriculum Vitae è il vero biglietto da visita, ossia un documento che riporta sia i dati personali che le informazioni sul percorso di istruzione e sull'esperienza professionale della persona che si candida per una posizione di stage (o di lavoro).

A cosa serve

Il Curriculum Vitae è essenziale per avere un primo contatto con l'azienda/l'ente e per poter essere chiamati per un colloquio conoscitivo e di approfondimento. Scrivere bene un CV significa dunque avere delle possibilità di essere contattati per un colloquio; scriverlo male significa correre il rischio che venga cestinato. A volte candidati molto validi vengono scartati perché il loro Curriculum Vitae non è abbastanza "attraente", oppure perché contiene degli errori, frutto di ingenuità o distrazione. Spesso il CV viene scritto frettolosamente, senza un'adeguata riflessione su cosa e come scriverlo, oppure non viene riletto con sufficiente attenzione o si trascurano dettagli significativi. In sostanza: tutto il tempo che dedicherai alla redazione del tuo CV sarà tempo ben speso.

Quando la candidatura è per uno stage in Europa, è opportuno che tu utilizzi il formato europeo del Curriculum Vitae chiamato **Europass CV**.

Che cos'è l'Europass Curriculum Vitae

L'Europass Curriculum Vitae (Europass CV), il cui uso si sta sempre più diffondendo all'interno dei singoli Stati membri, è un modello di Curriculum standardizzato e riconosciuto in tutta Europa, strutturato in modo razionale e schematico. È stato promosso dall'Unione europea per aiutare i cittadini a presentare, in modo univoco, trasparente e leggibile, l'insieme delle informazioni relative ai titoli, alle qualifiche e alle competenze acquisite, permettendo così a tutti i cittadini di proporsi con un *format* condiviso spendibile su tutto il territorio dell'Unione.

Il Curriculum Vitae europeo non è un certificato, bensì una dichiarazione autocertificata e volontaria e fornisce informazioni su:

- ✈ dati anagrafici e informazioni personali ➤ *chi sei?*
- ✈ esperienze professionali ➤ *cosa vorresti fare? (posizione desiderata)*
➤ *cosa fai? Cosa hai fatto? (occupazione attuale e precedenti)*
➤ *cosa sai fare?*
- ✈ percorsi di istruzione e formazione ➤ *cosa hai imparato e dove?*
- ✈ competenze linguistiche ➤ *quali lingue conosci e a che livello?*
- ✈ altri tipi di competenze personali possedute ➤ *comunicative, organizzative e gestionali, tecniche, informatiche, ecc.*

Dove lo trovo

L'**Europass CV** è disponibile, in tutte le lingue dell'Unione europea, sul sito dell'Isfol (www.isfol.it/europass) e su quello del Cedefop (*Centre Européen pour le Développement de la Formation Professionnelle* – <http://europass.cedefop.europa.eu>), sia come documento

da scaricare e compilare, sia come modello da aggiornare online. Insieme ai modelli di CV sono fornite tutte le informazioni ed istruzioni necessarie per la compilazione online e per salvare il proprio CV sul *personal computer* in diverse versioni, aggiungere allegati, aggiornarlo, stamparlo e inviarlo ai diversi destinatari.

Sul sito internet del CEDEFOP è disponibile sia un *editor* per la compilazione online del CV che il *format* da poter scaricare nelle diverse lingue dell'Unione europea. Sullo stesso sito troverai anche le **istruzioni per la compilazione** e alcuni **esempi di CV**.

Come lo compilo

Di seguito ti proponiamo un promemoria da tener presente durante la redazione dell'Europass CV:

- ✈ il **Curriculum Vitae deve essere chiaro e conciso**: il CV non dev'essere troppo lungo. Il selezionatore dedica più o meno un minuto alla valutazione preliminare di un CV e deve poter immediatamente individuare e verificare le informazioni che gli interessano. Un Curriculum troppo lungo e con troppe informazioni perde in leggibilità e rischia di essere scartato a priori, tanto più se si tratta del CV di un giovane che non può certo avere molto da dire sulle sue esperienze lavorative. La lunghezza di un CV non è quasi mai direttamente proporzionale all'incisività e all'efficacia; modifica il tuo CV a seconda del destinatario, anche solo in qualche sfumatura, in modo tale che ci sia congruenza tra il tuo profilo e quello ricercato dall'azienda;
- ✈ **adegua il tuo CV in funzione dell'impiego ricercato**: concentrati sulle informazioni essenziali che rispondono ai requisiti richiesti oppure necessari all'azienda/ente ed enfatizza le competenze pertinenti al tipo di stage per il quale ti candidi. Non occorre menzionare un'esperienza professionale che non è coerente con la richiesta dell'azienda/ente o con il profilo per il quale ti stai candidando. Fornisci spiegazioni su eventuali interruzioni nel corso degli studi o nel corso della tua carriera, cercando di sottolineare le competenze che potresti aver maturato durante tale periodo. In ogni caso, cerca di non lasciare "buchi temporali". Se proprio ci sono e non possono essere evitati, allora puoi provare a spiegarne sinteticamente le ragioni (possibilmente in chiave positiva) nella lettera di presentazione;
- ✈ nel descrivere le tue esperienze professionali o le tappe del tuo percorso di studi, **segui l'ordine cronologico** che va dal presente o dal passato recente al passato più lontano (ad esempio: prima l'esperienza lavorativa appena conclusa e poi quella più remota, così come prima la laurea e poi il diploma).

Qualche altro piccolo suggerimento:

- ✈ tutte le intestazioni e i campi dell'Europass CV sono facoltativi. **Elimina tutti i campi lasciati vuoti** e le voci non rilevanti per la tua candidatura e inserisci una **foto solo se è richiesto**;
- ✈ nella sezione "esperienza lavorativa", se hai già avuto qualche esperienza di lavoro, cerca di sintetizzarla descrivendo gli aspetti essenziali del tuo ruolo e le principali mansioni svolte, in modo **esaustivo ma senza essere troppo prolisso**. Non esagerare la portata delle tue esperienze professionali: sei alle prime armi, non puoi aver svolto mansioni da manager;

- ✈ nella sezione “educazione e formazione”, inserisci **voci separate per ogni corso**. Inizia con le esperienze formative più recenti e indica il voto di diploma o di laurea solo se è alto; se è basso non c'è necessità di indicarlo;
- ✈ nel box dedicato alle **lingue**, non mentire per quanto riguarda il tuo livello di conoscenza: sarebbe imbarazzante non riuscire nemmeno a capire le domande di un selezionatore tedesco, dopo aver affermato di avere un'ottima conoscenza della lingua. Indica tutto ciò che possa far comprendere al selezionatore il livello delle tue conoscenze linguistiche: corsi frequentati, attestati o certificati ottenuti, periodi di permanenza all'estero, ecc. (su questo argomento vedi anche i paragrafi successivi);
- ✈ nella sezione “capacità personali”, cerca di utilizzare **parole semplici**, evitando il gergo ed i luoghi comuni (ad esempio: “gioco in una squadra”) ed indicando il contesto nel quale sono state acquisite (durante periodi di formazione, seminari, visite di studio, esperienze di lavoro, attività di volontariato o del tempo libero, ecc.).

Altri importanti aspetti

L'Europass CV è uno strumento personale la cui compilazione può avvenire direttamente da parte dell'interessato o con il supporto di esperti. Essendo un'autodichiarazione non ha alcun valore legale, ma svolge una funzione essenzialmente informativa. Si tratta di un documento “longitudinale”, un “ipertesto” flessibile, adattabile e personalizzato, che presenta l'insieme delle esperienze professionali o formative (eventualmente accompagnate da specifici allegati e/o certificati di riferimento) ed offre il quadro completo delle competenze comunque acquisite che delineano il profilo del cittadino.

È possibile compilare l'Europass CV in tutte le lingue dell'Unione, in questo modo si offre l'opportunità ad ogni cittadino europeo di poter scrivere il proprio Curriculum Vitae nella lingua del Paese nel quale desidera candidarsi per uno stage (o lavoro). Se si decide di inviarlo ad un'azienda/ente in Italia è necessario inserire alla fine del CV l'autorizzazione al trattamento dei dati personali secondo il Decreto legislativo 196/03 ➤ *in assenza di questa dichiarazione il CV sarà cestinato!*

Ricordati di far leggere e correggere il tuo CV da persone che conoscano perfettamente la lingua in cui lo hai scritto. Eventualmente, fatti aiutare a modificare e migliorare alcune frasi o espressioni che, nella traduzione dall'italiano, hanno perso efficacia. Se lo hai scritto in italiano, rivedilo comunque con qualcuno: può sempre esserti sfuggito qualcosa! È importantissimo che nel CV non ci siano termini poco appropriati, frasi oscure o poco comprensibili oppure, peggio ancora, errori ortografici, grammaticali e sintattici.

Si raccomanda infine, prima di candidarsi per un'esperienza di tirocinio all'estero di far **tradurre e convalidare i propri titoli di studio** utilizzando il sistema europeo **NARIC – National Academic Recognition Information Centres** (www.enic-naric.net).

Il punto di contatto in Italia autorizzato dall'Unione europea a certificare e tradurre tutti i titoli di studio italiani è il **CIMEA – Centro Informazioni Mobilità Equivalenze Accademiche** (www.cimea.it – www.cimea.it/cis_italia).

1.3.3 Il Portafoglio Europass

Europass¹⁰ è un Portafoglio di documenti pensati per facilitare la mobilità geografica e professionale dei cittadini europei, mediante la valorizzazione del patrimonio di esperienze e conoscenze teorico-pratiche sviluppate nel tempo e la trasparenza dei titoli di ogni livello. Lo scopo è rendere le qualifiche acquisite più leggibili e comprensibili da coloro che offrono lavoro e dagli organismi d'istruzione e formazione operanti nei diversi Paesi dell'Ue. Negli ultimi anni c'è stata una rivisitazione dell'intera iniziativa Europass, con l'obiettivo di rendere il Portafoglio di documenti per la trasparenza più adeguato allo sviluppo delle nuove tecnologie dell'informazione e maggiormente coerente con le strategie di valorizzazione degli apprendimenti formali ed informali. Europass è quindi oggi **un sostegno alla mobilità geografica**, ma anche **uno strumento di valorizzazione delle competenze** ad ogni livello e di permeabilità tra sistemi non solo geografici, ma anche settoriali e sub settoriali.

Il Portafoglio Europass è oggi costituito dal Curriculum Vitae Europass (vedi Par. 1.3.2) e da altri 4 strumenti: il Passaporto delle Lingue, Europass Mobilità, il Supplemento al Certificato ed il Supplemento al Diploma.

Europass Passaporto delle Lingue (*Europass Language Passport*): è un documento in autocompilazione che accompagna l'individuo lungo tutto l'arco della vita nell'apprendimento delle lingue straniere e consente di descrivere le conoscenze linguistiche acquisite sia in contesti di apprendimento formali (corsi di lingua straniera con esami e certificati acquisiti) che in quelli informali e non formali (soggiorni di studio e/o di lavoro all'estero, auto-apprendimento, contatti sociali, ecc.). Il Passaporto delle Lingue permette di presentare in un unico quadro organico il proprio percorso di apprendimento delle lingue straniere, con l'ausilio di una scala di descrittori organizzata su 6 livelli che si fonda sul Quadro Comune Europeo di Riferimento per le lingue (*Common European Framework for Languages*, vedi Par. 1.3.4). Lo strumento si rivolge: ■ a coloro che studiano una lingua straniera ■ ai cittadini che desiderano documentare un percorso di apprendimento linguistico articolato in contesti diversificati ■ agli insegnanti di lingue straniere ■ agli esaminatori, autori di libri di testo e *decision makers* delle politiche di valorizzazione delle lingue straniere ■ alle aziende che vogliano utilizzare uno strumento standardizzato a livello europeo per le proprie procedure di selezione del personale ■ agli istituti scolastici e alle strutture formative che possono dotare i propri studenti di un ulteriore strumento di tracciabilità delle competenze linguistiche.

Attraverso il portale europeo <https://europass.cedefop.europa.eu> si può scaricare il modello, la griglia per l'autovalutazione delle competenze linguistiche e le linee guida, nonché visionare esempi precompilati; si può inoltre creare il proprio Europass Passaporto delle Lingue *online* ed aggiornarlo in formato XML, con la possibilità di trasferirlo ed elaborarlo su diverse piattaforme software e hardware. Le linee guida per l'utilizzo, il *format* e ulteriori indicazioni sono disponibili anche sul sito del Centro Nazionale Europass Italia (www.isfol.it/europass) e sul sito www.elp-desk.eu. In ogni Paese che ha aderito alla

10. Europass è nato da un'iniziativa della Direzione Generale Istruzione e Cultura dell'Unione europea (decisione n. 2241/2004/CE della Commissione europea).

Decisione Europass, la diffusione e la promozione di questo documento avviene anche grazie al punto di riferimento per il Portafoglio Europeo delle Lingue, in Italia costituito presso l'Ufficio IV della Direzione Generale per gli Affari Internazionali del Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca (www.istruzione.it).

Europass Mobilità (*Europass Mobility*): promuove la trasparenza delle competenze e la mobilità a livello europeo. Questo strumento consente quindi di documentare le competenze e le abilità acquisite durante un'esperienza di mobilità all'estero (Paesi dell'Ue e altri Paesi che hanno aderito alla Decisione Europass), in seguito a percorsi di apprendimento formale (corsi di istruzione e formazione) e non formale (esperienze di lavoro, tirocinio, volontariato, ecc.). Tale documento valorizza l'esperienza di mobilità all'estero conferendo carattere di ufficialità alle competenze maturate, indipendentemente dall'età, dal livello di istruzione o dalla situazione professionale. I beneficiari sono: ■ coloro che partecipano o hanno partecipato ad un'esperienza d'apprendimento all'estero e desiderano fornire informazioni dettagliate e affidabili sugli apprendimenti maturati ■ aziende che desiderano conoscere meglio i candidati nelle procedure di selezione ■ istituzioni accademiche e formative che utilizzano il sistema dei crediti per il riconoscimento degli apprendimenti formali e non formali.

Europass Mobilità è rilasciato dal Centro Nazionale Europass del Paese di residenza del beneficiario e può essere richiesto dagli enti che gestiscono progetti di mobilità finanziati dal Programma di apprendimento permanente Erasmus+ (vedi www.erasmusplus.it e il Par. 2.1) o da altre iniziative a carattere nazionale, regionale o locale. L'organismo promotore di un progetto di mobilità si registra sul sito www.isfol.it/europass e accede all'area riservata dedicata al rilascio del documento. Il rilascio e la consegna avverranno a conclusione del percorso di apprendimento e a seguito della richiesta al Centro Nazionale Europass da parte dell'organismo promotore.

Europass Supplemento al Certificato (*Europass Certificate Supplement* – CS): è un documento che accompagna i titoli/diplomi/qualifiche professionali conseguiti, allo scopo di renderli più facilmente comprensibili ad eventuali datori di lavoro stranieri. Fornisce informazioni sulle abilità e competenze acquisite, sul tipo di attività professionale cui è possibile accedere, nonché sul livello del certificato nell'ambito della classificazione nazionale. Non è un documento sostitutivo dei titoli e delle qualifiche né un sistema automatico di riconoscimento delle qualifiche acquisite.

Il CS è rivolto: ■ a coloro che desiderano lavorare o studiare in un Paese europeo diverso da quello di origine ■ a quanti hanno acquisito un titolo di studio in un Paese diverso da quello presso il quale desiderano lavorare o studiare ■ alle aziende che vogliono assumere personale in possesso di titoli acquisiti in un altro Stato membro dell'Unione europea ■ agli istituti scolastici e alle strutture formative che, attraverso tale documento, possono disporre di informazioni aggiuntive sul percorso formativo erogato, secondo criteri comuni condivisi da tutti gli Stati membri dell'Unione europea.

Il rilascio del CS avviene da parte delle stesse autorità competenti che rilasciano i titoli originali, in particolare in Italia dalle Regioni e dalle Province Autonome per le qualifiche di formazione professionale e dagli Istituti scolastici per i diplomi di istruzione.

Europass Supplemento al Diploma (*Europass Diploma Supplement* – DS) è un documento integrativo del titolo di studio ufficiale di un'Università o di un Istituto di Istruzione Superiore Accademica e non Accademica (ad esempio in Italia i percorsi di Istruzione e Formazione Tecnica Superiore e quelli di Alta Formazione Artistica, Musicale e Coreutica – AFAM). Descrive le conoscenze e le competenze dello studente che ha conseguito il titolo di istruzione superiore al fine di rendere riconoscibili e comparabili le competenze acquisite negli Stati membri e in sistemi molto diversi tra loro.

Il DS favorisce la mobilità degli studenti e facilita la conoscenza e la valutazione dei nuovi titoli accademici da parte dei datori di lavoro. Questo ha valore solo se accompagnato al certificato originale e viene rilasciato, a conclusione del ciclo di studi, dall'ente presso il quale si è conseguito il titolo originale (segreteria dell'Ateneo nel caso di un percorso formativo di tipo accademico, ufficio competente nel caso di un percorso formativo di tipo non accademico).

La Commissione europea ha inoltre lanciato il **Passaporto Europeo delle Competenze** (*European Skills Passport* – ESP) che aiuta a raccogliere online le competenze e le qualifiche. Il Passaporto permette di migliorare la presentazione del proprio CV, riunendo in unico spazio virtuale i certificati che attestano il proprio percorso educativo e formativo. È disponibile in 26 lingue sul portale Europass dove, attraverso [la compilazione guidata online](#), è possibile raccogliere documenti come il Passaporto delle Lingue, il Supplemento al Certificato, copie del Diploma di Laurea e dei certificati, attestati di lavoro, ecc. Una volta completato, è possibile allegarlo all'Europass CV così da offrire un quadro chiaro ed esauriente delle qualifiche riportate, rappresentando un valido supporto a coloro che cercano un impiego per migliorare le loro opportunità nel mercato del lavoro.

In ogni Paese dell'Unione europea è presente un Centro nazionale Europass (*National Europass Centre* – NEC) per promuovere e fornire informazioni sui documenti Europass.

Il Centro italiano è istituito presso l'Isfol (Istituto per lo Sviluppo della Formazione Professionale dei Lavoratori), a Roma. Per trovare tutti i documenti citati, o per saperne di più, è possibile visitare il sito internet www.isfol.it/europass oppure scrivere al seguente indirizzo: europass-italia@isfol.it.

1.3.4 La certificazione delle competenze linguistiche

Allegare al Curriculum Vitae un **certificato di competenza linguistica** può essere molto utile e, a volte, è espressamente richiesto! Tale documento serve non solo ad attestare in maniera univoca la tua conoscenza della lingua straniera, ma anche a misurare ciò che sei in grado di fare in quella lingua. Attualmente sono numerosissimi gli enti certificatori, riconosciuti a livello internazionale, che offrono varie modalità di verifica delle competenze linguistiche individuali, attraverso esami e test di diversi livelli.

Per uniformare i criteri di valutazione delle competenze linguistiche, il Consiglio d'Europa ha elaborato un **Quadro Comune Europeo di Riferimento per la conoscenza delle lingue (QCER)** con l'obiettivo di fornire un criterio di valutazione, standardizzato e condiviso, della conoscenza e delle abilità conseguite da chi studia le lingue straniere europee. Il QCER (in inglese CEFR, *Common European Framework of Reference for Languages*, o semplicemente *Framework*) si avvale dell'ausilio di una **griglia di descrittori comuni a livello comunitario**

che può essere utilizzata sia per l'autovalutazione, sia dagli enti formatori e certificatori delle competenze linguistiche. La griglia è suddivisa in **sei livelli** (dal livello elementare a quello avanzato), che ormai sono diventati di uso comune per tutti gli enti certificatori. I sei livelli di competenza (A1, A2, B1, B2, C1, C2) e i tre livelli intermedi (A2+, B1+, B2+), nei quali si articola la griglia del QCER, sono utilizzati in tutta Europa e in molti Paesi extraeuropei come parametri per fornire agli insegnanti di lingua un modello di riferimento per la preparazione di materiali didattici e per la valutazione delle conoscenze linguistiche. Il Quadro Comune Europeo di Riferimento per la conoscenza delle lingue comprende **tre ampie fasce di competenza o livelli**, ossia quello "base", "autonomo" e "avanzato", ripartiti a loro volta in due sottolivelli ciascuno, per un totale, come accennato, di sei livelli complessivi. All'interno di ciascun livello, il QCER descrive ciò che un individuo è in grado di fare in dettaglio nei diversi ambiti di competenza: scritto (produzione di elaborati scritti), parlato (interazione e produzione orale), comprensione (ascolto e lettura).

La struttura del Quadro Comune Europeo di Riferimento per la conoscenza delle lingue include:

A – Livello base

A1 – Livello base

A2 – Livello elementare

B – Livello autonomo

B1 – Livello pre-intermedio (detto "livello soglia", ovvero il minimo richiesto che garantisce una conoscenza scritta e orale adeguata per interagire senza troppa difficoltà nella vita quotidiana)

B2 – Livello intermedio

C – Livello padronanza

C1 – Livello post-intermedio o di efficienza autonoma

C2 – Livello avanzato o di padronanza della lingua in situazioni complesse.

La descrizione dettagliata delle competenze corrispondenti a ciascuno dei **sei livelli** e la [scheda per l'autovalutazione](#) sono consultabili nel portale europeo del **Cedefop** – sezione **Europass** (<https://europass.cedefop.europa.eu>), all'interno del menu "Risorse".

Un altro importante ed utile strumento utilizzato per descrivere puntualmente le proprie competenze linguistiche è il già citato **Passaporto Europeo delle Lingue (PEL) di Europass** (vedi anche Par. 1.3.3). Ovviamente, a differenza dei certificati forniti dagli appositi enti certificatori riconosciuti, il PEL, essendo un'autodichiarazione, non ha valore legale, ma può essere comunque molto utile all'azienda o al datore di lavoro per le indicazioni in esso contenute. Per saperne di più si può visitare ancora una volta il [portale europeo del Cedefop dedicato all'iniziativa](#) da cui si può direttamente creare il proprio Passaporto delle lingue online, oppure scaricare il modulo con le relative istruzioni per redigerlo. È possibile creare online e spedire il proprio PEL Europass anche attraverso il proprio *smartphone*, utilizzando un applicativo sviluppato appositamente per telefonini e tablet. Per saperne di più si può visitare il sito www.elp-desk.eu.

Per ottenere un **certificato di competenza linguistica**, occorre sottoporsi ad un esame "di certificazione" presso un ente accreditato il quale, una volta che avrà corretto e valutato il test, darà un giudizio sul livello di competenza linguistica posseduto.

Le tariffe d'esame variano a seconda della lingua, dell'ente certificatore e della complessità dell'esame da sostenere: generalmente oscillano fra i 60 euro per i livelli più bassi e i 300 euro per quelli più alti. Una certificazione linguistica ti potrà servire anche durante la carriera universitaria, ad esempio, per l'assegnazione di crediti da parte di un buon numero di atenei. Tuttavia va tenuto presente che alcuni certificati dopo 2 o 3 anni "scadono": in tal caso sarà quindi necessario sostenere nuovamente un esame, con i relativi costi, per poter allegare al proprio CV una certificazione considerata valida. Occhio ai tempi!

Per la **lingua inglese**, gli enti certificatori più conosciuti sono: il *Trinity College of London* e il *Cambridge Esol*.

Il **Trinity College** (www.trinitycollege.it) di Londra è un ente certificatore (*Examination Board*) fin dal 1870 ed è riconosciuto dalla *Qualification and Curriculum Authority (QCA)* inglese. A livello internazionale rilascia due tipi di certificazioni: l'*Integrated Skills in English Examinations (ISE)* e le *Graded Examinations in Spoken English (GESE)*.

Il **Cambridge ESOL** (www.cambridgeenglish.org/it), Dipartimento dell'Università di Cambridge che si occupa degli esami di lingua, rilascia dal 1913 delle certificazioni di competenza nella lingua inglese, attualmente riconosciute dal Governo e dalla *QCA*, oltre che da numerose istituzioni e governi a livello internazionale. Gli esami sono strutturati in diversi livelli e per differenti aree, come ad esempio: ■ *General English* (lingua per scopi generali) ■ *Professional English* (lingua per l'economia e gli affari) ■ *Academic English* (lingua per scopi accademici) ■ *Young Learners English* (esami di lingua per bambini di livello elementare).

Esistono, comunque, varie tipologie di certificati per l'inglese, collegati a differenti test da affrontare secondo i livelli e gli ambiti di competenza. Fra i più diffusi ricordiamo: ■ *FCE – First Certificate in English* ■ *CAE – Certificate in Advanced English* ■ *CPE – Certificate for Proficiency in English* ■ *BEC – Business English Certificates* ■ *IELTS – International English Language Testing System* ■ *TOEFL – Test of English as a Foreign Language* (questo test, richiesto soprattutto dalle Università americane, è di proprietà dell'organizzazione statunitense *ETS*).

Per la **lingua francese**, invece, il Ministero francese dell'Educazione riconosce e rilascia le certificazioni: ■ *DEL F – Diplôme d'Études en Langue Française* ■ *DIL F – Diplôme Initial de Langue Française* ■ *DAL F – Diplôme Approfondi de Langue Française*.

I diplomi DILF, DELF e DALF sono rilasciati dalla Commissione nazionale del CIEP (*Centre International d'Études Pédagogiques* – www.ciep.fr), creato nel 1945 e diventato ente pubblico a supporto dei diversi Ministeri francesi nel 1987.

In Italia si può far riferimento all'*Alliance Française* (www.alliancefr.it) che rilascia come diplomi per la certificazione della lingua francese sia il DELF – *Diplôme d'Études en Langue Française* che il DALF – *Diplôme Approfondi de Langue Française*.

Per la **lingua tedesca**, l'ente certificatore è il *Goethe Institut* (www.goethe.de) che ha iniziato la sua attività di certificazione nel 1951 e, attualmente, in Italia è ufficialmente riconosciuto dal Ministero della Pubblica Istruzione.

Per la **lingua spagnola** l'Istituto *Cervantes* (<http://dele.cervantes.es>) è ufficialmente riconosciuto per le certificazioni di **spagnolo** e organizza sessioni di esami per l'ottenimento dei "Diplomi di Spagnolo come lingua straniera" (DELE), titoli ufficiali che riconoscono la conoscenza della lingua spagnola in tre livelli: iniziale, intermedio e superiore.

Sempre in riferimento alle certificazioni linguistiche, è utile citare anche l'Alte (*Association of Language Testers in Europe* – www.alte.org), un'associazione di organismi ed istituzioni europee che effettuano esami e certificazioni per studenti. Ogni membro stabilisce modalità e contenuti degli esami relativi alla lingua madre del proprio Paese o Regione. Attualmente l'associazione è costituita da 34 membri e raccoglie le certificazioni di 26 lingue europee.

1.3.5 La selezione

Dopo aver spedito il Curriculum Vitae con la lettera di presentazione, potresti essere contattato dall'azienda: **il colloquio** – sia telefonico che *de visu* – rappresenta il principale metodo di selezione. Se vieni contattato, vuol dire che, almeno in teoria, hai tutte le carte in regola per essere scelto. Adesso sta a te giocartele al meglio e dimostrare al selezionatore che aveva visto giusto.

Se dunque sei stato convocato per un colloquio, devi cominciare a "prepararti bene", non solo psicologicamente, ad affrontare la selezione.

Ma cosa significa "prepararsi bene" ad un colloquio?

Che sia telefonico (magari tramite *webcam*) o frontale (decisamente più raro, visto che costringerebbe il candidato ad un viaggio all'estero¹¹), indubbiamente si presenteranno criticità diverse da quelle che hai affrontato per la presentazione della tua candidatura. Il colloquio ha temi e domande ricorrenti, così come ricorrenti sono le ingenuità e le *gaffe* dei candidati. Di seguito troverai alcuni consigli che potranno servirti per sostenere un buon colloquio di selezione per un tirocinio all'estero.

Considerazione preliminare: l'intervista si terrà nella **lingua del Paese ospitante o nella lingua veicolare** (spesso in inglese, la lingua utilizzata più frequentemente), impiegata in quella determinata azienda. In attesa di un'eventuale chiamata, approfondisci la conoscenza della lingua in cui si terrà il colloquio, esercitati e verifica la tua capacità di sostenere un dialogo. L'intervista telefonica nasconde più insidie del colloquio frontale: non avendo di fronte l'interlocutore, non puoi coglierne le espressioni e gli atteggiamenti; inoltre le voci sono filtrate dal telefono e può capitare di non comprendere perfettamente il tono o il senso di alcune frasi.

Ecco qualche semplice accorgimento per gestire adeguatamente la telefonata:

✈ **fai in modo che non ci siano elementi di distrazione o disturbo** (esempio: se ti chiamano mentre stai guidando nel traffico, fai presente che non ti trovi nella condizione ideale per parlare; chiedi semplicemente se è possibile risentirsi in un altro momento);

✈ **usa un tono di voce che esprima l'interesse, la motivazione e l'entusiasmo per**

11. Il Progetto *Your first Eures Job* paga il viaggio anche per il colloquio di selezione per uno stage in Europa (vedi Par. 2.2).

l'offerta di stage per cui sei stato contattato. Tieni presente che il selezionatore terrà conto non solo di *quello* che dirai, ma anche di *come* lo dirai (esempio: “*Sono una persona determinata e sicura di sé...*” e allora perché quella voce così incerta e tremante?);

- ✈ **cerca di evitare pause prolungate o silenzi imbarazzati.** Se, dopo aver risposto a una domanda, dall'altra parte non ricevi alcun *feedback*, chiedi al selezionatore se ha bisogno di ulteriori chiarimenti;
- ✈ **tieni a portata di mano carta, penna e una copia del tuo CV:** probabilmente nel corso della telefonata ti serviranno, per cui è bene farsi trovare preparati.

Qualche piccola raccomandazione valida esclusivamente per i colloqui frontali:

- ✈ **puntualità:** arriva con qualche minuto di anticipo. In caso di ritardo avverti il selezionatore prima dell'ora dell'appuntamento;
- ✈ **abbigliamento:** non necessariamente giacca e cravatta o tailleur. L'abbigliamento deve essere più o meno formale a seconda del contesto;
- ✈ **cellulare:** ricordarti di spegnerlo. Uno squillo improvviso potrebbe pregiudicare l'esito del colloquio.

Passiamo ora ai **contenuti**. Durante il colloquio, il selezionatore deve capire in un tempo relativamente breve che tipo di persona e di tirocinante sei. Il tuo obiettivo deve essere quello di aiutarlo a capire e, soprattutto, dimostrargli che sei la persona “giusta” per ricoprire il profilo per cui ti candidi. In vista del colloquio dovrai riflettere con attenzione e prepararti a rispondere efficacemente a domande su:

- ✈ **te stesso:**
 - le principali tappe del tuo percorso scolastico/universitario, formativo, professionale;
 - i tuoi obiettivi professionali;
 - i tuoi aspetti caratteriali, i tuoi interessi, i tuoi hobby;
- ✈ **la posizione per cui ti presenti:** è opportuno che tu conosca il ruolo e le mansioni che andresti a svolgere;
- ✈ **l'azienda/l'ente:** è fondamentale che tu conosca la struttura ospitante. Cerca di raccogliere informazioni e notizie sull'azienda (la sua storia, la sua cultura, la sua *mission*, i suoi prodotti/servizi, i suoi *competitor*, ecc.) per farti trovare pronto sui diversi argomenti;
- ✈ **la tua motivazione:** perché vuoi fare questo stage e *in questa azienda*? Perché pensi di essere la persona giusta per questa posizione? La motivazione ha un peso decisivo in sede di colloquio. Una persona molto motivata, sia nei confronti dell'azienda che della posizione per cui si presenta, può essere preferita ad un'altra, formalmente più in linea con il profilo richiesto, ma non abbastanza motivata.

Ricorda: il colloquio è un momento di incontro e quindi un processo a doppio senso. Non solo esiste la possibilità di porre domande, ma è consigliabile approfittarne per dimostrare interesse e curiosità. Il selezionatore, infatti, potrebbe chiederti se hai tu delle cose da chiedere sull'azienda o sui contenuti dello stage. È un'occasione da non perdere: preparati una o più **domande "intelligenti"**, che dimostrino che ti sei documentato, che sei motivato e interessato a saperne di più. Ad esempio, se lo ritieni opportuno, potresti fare qualche domanda specifica sulla funzione all'interno della quale ti sei candidato per fare il tirocinio (programmi/pacchetti software utilizzati, organizzazione, ecc.).

Inoltre:

- ✈ cerca **sempre di motivare le risposte** e di spiegare le ragioni delle tue scelte;
- ✈ **non essere logorroico**, ma non rispondere neppure a monosillabi: rispondi in modo sintetico ma esauriente, articolando adeguatamente le risposte;
- ✈ **non mentire** ed evita anche di enfatizzare esageratamente le tue competenze ed esperienze. L'azienda non sta cercando un genio, ma una persona adatta a svolgere determinate attività in un determinato contesto;
- ✈ non essere aggressivo: l'arroganza è motivo sicuro di esclusione. Questo non vuol dire che tu debba avere un atteggiamento passivo o dimesso: poniti con naturalezza e cerca di essere aperto e propositivo.

Tieni presente che, attraverso le sue domande, il selezionatore vuol capire:

- ✈ **chi sei** (il tuo carattere, la tua personalità, le inclinazioni, gli interessi, le attitudini, ecc.)
- ✈ **cosa saresti in grado di fare in azienda** (cioè se il tuo profilo è in linea con quello ricercato)
- ✈ quali **ragioni/motivazioni** determinano il tuo interesse per quello stage.

Infine, oltre al classico colloquio telefonico o frontale, le aziende possono ricorrere ad una metodologia di selezione più complessa: l'**Assessment Center**. L'AC, utilizzato per lo più dalle grandi aziende, si svolge in genere nell'arco di una giornata e serve essenzialmente a valutare (*assessment* significa valutazione) il potenziale, le capacità e le attitudini dei candidati in relazione a determinate posizioni lavorative. In sostanza serve a capire, mediante un insieme di "prove" – alcune individuali, altre di gruppo – se una persona è in grado di ricoprire efficacemente un determinato ruolo in azienda.

Ad una sessione di *Assessment* partecipano in genere 5-10 candidati. Attraverso l'osservazione dei loro comportamenti, i selezionatori valutano una serie di caratteristiche, fra le quali: le capacità di interazione e relazione, di negoziazione e di *leadership*, di lavorare in gruppo e di gestire situazioni conflittuali o stressanti; e ancora: le capacità decisionali, le doti organizzative, la capacità di affrontare e risolvere problemi complessi, ecc. Ecco alcune possibili prove di un AC:

- ✈ **in gruppo:** autopresentazione e confronto di gruppo su un tema o un problema specifico (ad esempio la discussione di un caso aziendale);
- ✈ **individuali:** test attitudinali, simulazioni di casi aziendali, colloqui e via dicendo.

Per affrontare al meglio un *Assessment*, la prima regola è quella di presentarsi per ciò che si è, senza cercare ad ogni costo di far colpo sui selezionatori: i comportamenti innaturali o "forzati" vengono immediatamente scoperti. Concentrazione e naturalezza, flessibilità e disponibilità al dialogo, propositività e determinazione: è questo l'approccio migliore all'*Assessment*.

Box 1. Cosa mettere nella valigia: la documentazione richiesta

Se hai partecipato alla selezione per uno stage all'estero, hai superato i primi step e sei stato convocato per un colloquio (o per un *Assessment*), qualora i documenti da portare con te non siano stati specificati nella convocazione, puoi chiederne l'elenco, o avere almeno qualche indicazione, direttamente al tuo interlocutore. Se preferisci non farlo, in linea generale, i documenti da mettere in valigia e, quando possibile, su una **chiavetta USB** sono:

- ✈ il passaporto o una carta d'identità valida per l'espatrio, in corso di validità;
- ✈ alcune foto tessera;
- ✈ l'**European Skills Passport** o Passaporto Europeo delle Competenze (vedi Par. 1.3.3) il quale contiene:
 - qualche copia del tuo **Europass CV**, sia **in inglese** che **nella lingua del Paese ospitante** (Par. 1.3.2). Valuta, anche utilizzando le fonti informative presenti nella Scheda del Paese dove andrai a fare lo stage (vedi Cap. 4), se il tipo di organizzazione che ti accoglie preferisca un modello di CV diverso o più mirato;
 - eventuali certificazioni linguistiche accompagnate dall'Europass Passaporto per le Lingue (Par. 1.3.4);
 - fotocopie di attestati (anche di stage svolti in Italia), certificati e titoli di studio, legalmente tradotti dal **CIMEA** (vedi Par. 1.3.2), accompagnati dal **Certificate Supplement** (per quanto riguarda i Certificati di qualifica professionale e/o il Diploma di maturità) o dal **Diploma Supplement** (per quanto riguarda i Diplomi di Istruzione superiore – vedi Par. 1.3.3);
 - l'**Europass Mobility**, se hai già fatto uno stage o un'esperienza di mobilità all'estero (vedi Par. 1.3.3);
- ✈ eventuali lettere di presentazione o di referenza;
- ✈ un eventuale book che raccoglie i tuoi lavori, soprattutto per le professioni artistiche, creative o tecniche, come ad esempio architetto, designer, stilista, fotografo, ecc.;
- ✈ eventuali pubblicazioni, se significative;
- ✈ la **Tessera Europea di Assicurazione Malattie** (TEAM) e/o una Polizza sanitaria (se richiesta dal Paese di destinazione);
- ✈ la Patente di guida in corso di validità, se disponibile;
- ✈ eventuali garanzie bancarie, a volte necessarie per il contratto d'affitto, se si è accettato di fare uno stage gratuito o beneficiario soltanto di alcuni *benefit* (trasporti, mensa aziendale, ecc.);
- ✈ eventuale Certificato di buona condotta, prodotto anche in **autocertificazione**, legalmente tradotto, se richiesto dalle autorità competenti del Paese di destinazione;
- ✈ Bancomat, Carte di credito o ricaricabili, valide all'estero, con i relativi codici;
- ✈ la **Carta Giovani Europea** (**European Youth Card Association – EYCA**), per poter usufruire di numerosi sconti e agevolazioni, fornita dal **CTS** (Centro Turistico Studentesco), gratuita per chi è residente nel Lazio o in Piemonte.

È importante inoltre fare riferimento ai contenuti della [Direttiva del Parlamento europeo e del Consiglio n. 38 del 29 aprile 2004](#): essa stabilisce infatti che tutti i cittadini dell'Unione europea in possesso di una Carta d'identità o di un Passaporto validi, possano soggiornare liberamente in un qualunque Stato membro *"per un periodo non superiore ai 3 mesi"* (art. 9) senza comunicare la propria presenza alle autorità locali. Ciascun Stato membro ha recepito tale Direttiva attraverso un proprio Regolamento, che abbina a quanto indicato nella stessa una serie di disposizioni *ad hoc* che variano da Paese a Paese. In questi ultimi anni ogni Stato membro ha affinato in maniera abbastanza diversificata tale Regolamento richiedendo una documentazione piuttosto dettagliata e modalità di registrazione specifiche (molto spesso online), legate ai motivi del soggiorno prolungato di ciascun richiedente. Fra le ragioni, quella di *"evitare che coloro che esercitano il loro diritto di soggiorno diventino un onere eccessivo per il sistema di assistenza sociale dello Stato membro ospitante"* (art. 10). Pertanto, nel caso di uno **stage all'estero sul mercato libero** più lungo di un trimestre, non abbinato ad un programma di mobilità, è quasi sempre necessario registrarsi presso gli Uffici della Polizia locale, comunicando i motivi della propria presenza nel Paese ed esibendo un insieme abbastanza dettagliato di **documenti**, da predisporre **prima della partenza**, per i quali si rimanda ad un'attenta lettura del Paragrafo **"Documentazione richiesta"** all'interno di ciascuna Scheda Paese.

1.4 Affronta il tuo stage

Sei arrivato nel Paese di destinazione qualche giorno prima dell'inizio del tuo tirocinio per sistemarti adeguatamente (vedi Par. 1.2). Sia che tu viva questa scelta come una conquista, perché hai superato una selezione abbastanza impegnativa, sia che, al contrario, i passaggi che hai dovuto compiere non siano stati eccessivamente stressanti o che l'opportunità di fare uno stage in Europa ti sia capitata per caso e tu l'abbia colta al volo, tieni ben presente che hai deciso di investire il tuo tempo e le tue risorse materiali e professionali in questo tipo di esperienza, per un insieme di motivi ai quali hai dato un peso rilevante.

Sia che tu sia in grado di esibire o meno una certificazione linguistica (vedi Par. 1.3.4), eventualmente richiesta in fase di selezione fra i documenti che hai preparato con cura prima di partire (vedi Box 1), sia che tu abbia previsto di abbinare un corso di lingua al tuo stage, potresti avere un po' di ansia, anche se perfettamente simulata, al momento del tuo ingresso nell'organizzazione ospitante.

Nonostante questo, la tua **motivazione** e le tue **aspettative** sono comunque alte, perché l'investimento che hai fatto è senza dubbio importante, non solo per te e per la tua futura carriera, ma anche per le persone e per le organizzazioni che ti hanno aperto le loro porte per avviarti e accoglierti in stage. Un buon viatico per ammortizzare l'ansia può essere quello di **aggiornare le tue informazioni sull'organizzazione** che ti sta per accogliere: ti eri già documentato al momento del colloquio che ti ha consentito di essere scelto per fare quest'esperienza, ma verifica ancora, prima di mettere piede in azienda, se vi siano novità importanti che la riguardano, così da dimostrarti attento e motivato, al momento del tuo ingresso nella struttura.

È dunque arrivato il tuo “primo giorno di scuola”, arriva puntuale.

Vestiti adeguandoti sia al tipo di organizzazione che ti ospita sia al tipo di stage che andrai a fare, in linea con il ruolo descritto nell’annuncio per il quale sei stato selezionato o nel Progetto formativo collegato alla tua borsa di mobilità. Potrebbe essere utile guardare sul sito dell’azienda o della struttura ospitante lo stile delle persone che vi lavorano, presentate come *testimonials*. Ti potrebbe essere inoltre chiesto di indossare una divisa consona alle tue mansioni, soprattutto se inserito in attività che prevedono compiti da svolgere in situazioni nelle quali vanno rispettate determinate norme di sicurezza (come nell’edilizia o nelle aziende manifatturiere) o di igiene (come nella ristorazione, nelle aziende di produzione alimentare, nelle strutture socio-sanitarie, ecc.) o invece prevedono il contatto con il pubblico, come ad esempio nel turismo, nei servizi alla persona, nelle attività di vendita e di *front office*, in molte attività culturali o formative e via dicendo. Tanto per fare un esempio, se sei un neo ingegnere o un restauratore e durante il tuo stage ti dovrai recare spesso in cantiere, sarai tenuto ad indossare adeguate protezioni contro eventuali infortuni.

Prima di entrare in azienda, **documentati** sul modo in cui le persone si salutano e si comportano quando si incontrano per la prima volta in un ambiente di lavoro, nel Paese dove stai per svolgere il tuo tirocinio. Fra le regole generali vi è quella di essere sempre gentile e sorridente, senza però avere un atteggiamento troppo ossequioso, di guardare l’interlocutore negli occhi, di rispondere a tutte le sue domande, e di farne alcune pertinenti con il tipo di stage che andrai a svolgere, esprimendoti al meglio nella lingua che utilizzerai durante lo stage e dimostrando allo stesso tempo di conoscere abbastanza bene le attività dell’azienda, il tutto ovviamente tenendo il cellulare silenzioso. Nell’Opuscolo “Pronti a Partire” prodotto dalla Commissione europea e realizzato da EURES, la Rete europea per il lavoro, puoi trovare sia nella parte generale che nelle 32 Schede Paese questi e ulteriori consigli che approfondiscono tali aspetti, da tenere in considerazione soprattutto nel momento del tuo ingresso in azienda.

L’impressione che farai durante i primi giorni del tuo stage è molto importante. La regola da seguire è **essere** il più possibile **se stessi**, non dimenticandoti di aver già superato una selezione che ha ritenuto il tuo profilo in linea con i compiti che dovrai svolgere durante il tirocinio: devi semplicemente impegnarti a dimostrare che vi è coerenza fra quanto hai affermato nella tua lettera di presentazione e nel tuo CV (vedi Par. 1.3.1 e 1.3.2) e il modo in cui riesci a mettere in pratica le competenze che hai elencato sulla carta.

Cura la relazione con il tuo **tutor, imparando a farti conoscere e a far sentire la tua presenza in azienda**: chiedi, ma proponi anche soluzioni, ovviamente con discrezione e *savoir faire*.

Quale potrebbe essere in questo caso una buona strategia?

Appena arrivato, poni al tuo **tutor opportune domande** sullo svolgimento del tuo Progetto formativo all’interno della funzione dove sei stato inserito (compiti da espletare, *timing* richiesto, attrezzature a disposizione, ecc.). Se non hai subito ben chiaro il funzionamento degli strumenti che dovrai utilizzare durante il tuo stage, cerca di fartene un’idea in un tempo relativamente breve, chiedendo l’eventuale collaborazione dei colleghi ai quali sei stato presentato.

Anche le **dimensioni** e il **settore dell’azienda** dove hai iniziato il tuo stage hanno un peso importante nelle risposte che potrai avere alle tue prime richieste di chiarimenti o delucidazioni. Tanto per fare un esempio, se l’**azienda** che ti ha accolto come stagista è

mediopiccola ma inserita in un settore ad alta tecnologia, oppure eroga servizi commerciali, informatici, cultural-turistici, gestionali, logistici, ecc. in maniera innovativa, significa che ti ritieni in grado, per le competenze che hai portato in dote, di dare in prospettiva un contributo interessante alla sua crescita, altrimenti non avrebbe tempo da investire su di te! In questo caso **non aver paura di fare domande**, anche perché tu stesso hai offerto con convinzione la tua disponibilità, per trarre dall'esperienza il massimo vantaggio.

Sul versante opposto, se la struttura che ti ha inserito è grande e hai trovato lo stage nella sezione "*Careers*" del suo sito, sarà un'organizzazione piuttosto strutturata con tutor dedicati e preparati, ai quali ti potrai rivolgere quotidianamente per le diverse esigenze, **senza timore** di non essere seguito. A volte però è vero il contrario: non di rado in una grande azienda la funzione di tutor è ricoperta dal responsabile dell'ufficio in cui viene inserito il tirocinante. In tal caso può capitare fatalmente che il tutor, essendo sempre impegnato, non abbia molto tempo da dedicargli.

Nel caso in cui invece tu fossi stato selezionato come tirocinante dalla tua struttura formativa per una borsa Erasmus+ (Par. 2.1) o tu abbia trovato il tuo stage attraverso il Programma *Your first Eures Job* (Par. 2.2), potresti già avere in tasca le risposte alle indispensabili domande dei primi giorni in azienda, proprio perché ti avvali di una serie di supporti e facilitazioni previsti da ambedue i Programmi.

Il consiglio è di fare comunque una *full immersion* nella **cultura aziendale** del tuo ospite, ovvero in quell'insieme di valori che definiscono l'identità e l'immagine di un'organizzazione. Cerca di apprendere nella prima settimana della tua permanenza in azienda il **linguaggio** e i **modelli di comportamento** più utilizzati che sei riuscito ad identificare: **adeguati alle regole non scritte**, senza però rinunciare ad incidere nel contesto aziendale con le tue competenze e la tua personalità, pur nel rispetto del tuo ruolo.

Ricordati che l'azienda è come un libro aperto da leggere attraverso innumerevoli e diversi segnali, un corpo vivo che cambia e apprende anche dalla tua nuova collaborazione.

Tieniti pronto a valorizzare al massimo le tue competenze e fai emergere anche quelle che non sapevi di aver maturato, magari durante i tuoi studi a scuola o all'università come, ad esempio, il saper fare una ricerca, il saper scrivere, il saper prendere appunti e saperli organizzare in un programma cronologico o "crono programma", saper sintetizzare e/o schematizzare un documento complesso o un progetto, saper presentare il proprio lavoro, sia in forma scritta che parlando in pubblico, possibilmente in maniera convincente: non sei interrogato ma devi suscitare interesse nel tuo interlocutore!

Alcune di queste fanno parte delle cosiddette competenze trasversali o "**soft skills**", indispensabili in qualsiasi contesto lavorativo, che durante il tuo stage avrai l'occasione di mettere alla prova e semmai di rafforzare.

Fra le competenze trasversali più importanti vi sono: ■ la capacità di apprendere, gestire informazioni e conseguire obiettivi ■ la capacità di progettare, pianificare e organizzare, dimostrando una certa autonomia e fiducia in se stessi ■ la flessibilità e l'adattabilità ■ la resistenza allo stress ■ la precisione e l'attenzione ai dettagli ■ la capacità di comunicare, negoziare, risolvere i problemi e lavorare in gruppo, sapendo gestire le relazioni e i conflitti ■ la creatività, l'intraprendenza e lo spirito d'iniziativa, uniti ad una giusta dose di umiltà.

Non dimenticare di essere un tirocinante.

Anche avere un **atteggiamento mentale aperto e disponibile** a confrontarsi con culture e modi di pensare diversi, trovando elementi in comune al di là dei punti di vista, ti aiuterà a muoverti più facilmente all'interno dell'organizzazione che ti ospita. Magari modificando una serie di convinzioni che facevano parte del tuo immaginario collegato al Paese dove stai svolgendo lo stage, mutuato forse dalle conoscenze storiche e culturali che ti aveva trasmesso la scuola, probabilmente solo in parte sufficienti a darti gli strumenti utili per inserirti nel nuovo ambiente.

In parallelo, affronta da neo esploratore di più dimensioni tutti gli altri aspetti della vita quotidiana nel Paese che ti ospita, dal tipo di cibo alla distanza dell'abitazione dal luogo di lavoro, dal clima alla nostalgia di casa e delle tue abitudini.

Il consiglio è quello di mettere piede nel "laboratorio" dello stage con la testa pronta a svolgere gli "esercizi" di apprendimento in modo completamente nuovo, rispetto a quello che ti veniva richiesto a scuola o all'università, smontando e rimontando più volte, fino al raggiungimento di un livello soddisfacente, il "modellino" che ti eri forse inconsapevolmente costruito prima di entrare in azienda.

La principale novità da gestire durante il tuo stage europeo è probabilmente questa: gli "esercizi" e i "modellini" che dovrai realizzare, verranno fatti nella maggior parte dei casi in collaborazione con il tuo gruppo di lavoro, mentre a scuola o all'università la regola era: "non copiare e non farsi copiare".

Dunque, **imparare a relazionarsi** e a collaborare, seguendo le indicazioni del tuo tutor, per giunta utilizzando il gergo aziendale appropriato in un'altra lingua, è il primo compito impegnativo, sul quale sei da subito messo alla prova: il modo più semplice per svolgerlo è quello di osservare con attenzione, ascoltare e capire velocemente fin dal primo giorno come si parlano, si scambiano e si comportano i tuoi colleghi e i tuoi capi nello svolgimento del proprio lavoro.

Per fare questo sono indispensabili **flessibilità, elasticità mentale e prontezza**, in una parola una forte **capacità di adattamento**, direttamente collegata ai contenuti professionali del tuo stage.

Ti potrà infatti capitare che le attività che dovrai svolgere non soddisfino pienamente le tue aspettative; in questo caso sarai tu ad adattarti alle esigenze dell'organizzazione: il contrario appare decisamente improbabile.

Dovrai quindi cercare di risintonizzarti sulla base degli incarichi che ti verranno affidati e affrontare la situazione in modo costruttivo: se le tue mansioni non corrispondono esattamente a quello che immaginavi di dover fare, sarà molto più proficuo cercare di entrare rapidamente nei contenuti e nelle dinamiche del tuo lavoro, imparando a far bene ciò che ti viene richiesto e acquisendo dimestichezza con gli strumenti che ti verranno messi a disposizione, piuttosto che lamentarti o chiuderti in un atteggiamento poco collaborativo. Sarà una **palestra** che ti potrà tornare utile in numerose altre situazioni.

Spesso, ad esempio, il fatto di essere giovane potrebbe rendere più difficile adeguarsi alla *routine* **richiesta dai ritmi di lavoro**. Passata l'euforia dell'apprendimento iniziale di cose nuove e interessanti, potresti avere la **tentazione di mollare** prima della fine del tuo stage: sarebbe un **errore madornale**, che dimostrerebbe immaturità e scarso senso di responsabilità, mancanza di comprensione della **filosofia del lavoro**, oltre che dei valori e degli obiettivi dell'organizzazione che ti ospita, precludendoti sia una positiva lettera di referenze alla fine dello stage, che la prospettiva di un'eventuale collaborazione dopo il tirocinio.

Anche se di colpo ti rendessi conto di aver **perso interesse** per l'esperienza che stai svolgendo, perché avevi un'idea completamente diversa, forse non realistica, di che cosa voglia dire lavorare in un altro Paese e in un'altra lingua, **dimostra carattere e resisti**. Ti servirà per **ridisegnare un tuo progetto di vita e di lavoro** in maniera più consapevole, magari valutando l'ipotesi di metterti in proprio. Non far crollare **la tua motivazione**, ridefinisci i tuoi obiettivi e non rinunciare a svolgere nel modo migliore i tuoi compiti, non solo nel rispetto dell'*agreement* che hai firmato, ma anche della fiducia che ti è stata data dal tuo tutor e dai tuoi capi. Non lasciarti troppo **condizionare** dai tuoi "umori" momentanei e dagli imprevisti o dagli "incidenti di percorso", superabili nella maggior parte dei casi con un po' di buon senso, ma punta a rendere il tuo stage un'esperienza comunque positiva e soprattutto formativa.

Sei un giovane europeo ed è importante che tu viva in prima persona quei valori che contraddistinguono il modo di **affrontare il lavoro** nella maggior parte dei Paesi Ue: **organizzazione, assunzione di responsabilità, pragmatismo, premialità e orientamento al risultato, nel rispetto dei tempi previsti**.

Molto probabilmente quello che più verrà preso in considerazione nel momento in cui sarà valutato il tuo stage non sarà tanto il numero di ore passate in ufficio o la quantità di cose di cui ti sei occupato, ma **la qualità delle performance ed il conseguimento dei risultati attesi**. In questo senso lo **spirito di iniziativa** e la **voglia di fare** che sarai in grado di dimostrare, ti potrebbero permettere non solo di accrescere le tue conoscenze e competenze, ma anche di svolgere, già durante il tuo stage, mansioni caratterizzate da una **maggiore responsabilità**. In caso contrario, qualora tu non possieda ancora le capacità necessarie per portare avanti in maniera adeguata gli incarichi che ti verranno assegnati o i **compiti** che ti vengono richiesti risultassero eccessivamente **lontani** dagli obiettivi e dai contenuti specificati nel tuo **Progetto formativo**, la cosa migliore da fare sarà avvertire il tuo tutor o il responsabile dell'area che insieme a te rivedranno il piano delle tue attività, ristabilendo tempi e modalità per l'acquisizione di quelle competenze di cui non sei ancora padrone. Non ti scordare che **uno stage serve proprio a questo**.

Un'altra difficoltà che potresti incontrare potrebbe essere legata ad **un ambiente di lavoro molto competitivo**. Se non ti senti quel tipo di persona, ma vuoi lo stesso tenere il punto e far tesoro della tua esperienza in quella determinata azienda, mantieni un atteggiamento **umile e collaborativo**, concentrandoti sul tuo lavoro ed evitando di farti coinvolgere nelle tensioni e nei conflitti interni: riuscirai più facilmente a gestire la situazione in maniera efficace e a vivere il tuo stage senza troppo stress.

Qualora il tuo tutor, per mancanza di tempo o di volontà, non dovesse seguirti adeguatamente e non ti fornisse le indicazioni e il supporto di cui hai bisogno per inserirti al meglio nell'organizzazione, non demoralizzarti. Ancora una volta puoi fare riferimento alle persone che lavorano con te, cercando di individuare uno o più **"tutor d'elezione"** che possiedano l'esperienza professionale e la disponibilità necessarie per assisterti durante il tuo percorso formativo e aiutarti nei momenti di difficoltà.

Tieni sempre alta l'attenzione durante la tua esperienza, ravvivando e nutrendo la tua **curiosità** e il tuo **interesse**, senza scordarti che fare uno stage in Europa significa prima di tutto avere la possibilità di guardare e conoscere dall'interno la struttura e le dinamiche di una realtà organizzativa complessa. Trovarsi in un contesto internazionale e **limitarsi a svolgere il proprio "compitino"** senza darsi da fare per avere una **visione d'insieme** delle

strutture, dei processi, delle regole e delle principali dinamiche dell'area, del settore e dell'organizzazione in cui sei inserito, significherebbe **perdere una buona occasione per arricchire notevolmente il tuo patrimonio di conoscenze professionali.**

1.5 Valorizza il tuo stage

La maggior parte dei ragazzi che hanno fatto uno stage all'estero ha descritto la propria esperienza come qualcosa di unico, un'avventura che li ha molto arricchiti, a livello professionale e personale, e che tutti dovrebbero vivere.

Da un punto di vista personale un soggiorno all'estero rappresenta una sfida che per ognuno assume un valore diverso in base ai propri obiettivi, alle proprie capacità, alle proprie aspettative. Una volta sul posto si impara, con molta probabilità, ad "arrangiarsi", a diventare indipendenti e autonomi, rafforzando e sviluppando il proprio spirito di adattamento e di iniziativa e diventando più sicuri delle proprie capacità.

Il valore di un'esperienza all'estero è legata a molti fattori: il Paese scelto, il contesto dove si è svolto lo stage, il tipo di azienda ospitante, il ruolo ricoperto, ma soprattutto quanto si è saputo apprendere in termini di competenze professionali, linguistiche e personali.

Indubbiamente lo stage ha favorito il completamento del tuo percorso formativo e, attraverso la conoscenza diretta del mondo del lavoro, ti ha aiutato anche a definire e ad elaborare il tuo progetto professionale.

Tutto ciò che hai imparato, tutto ciò che ti ha arricchito, deve essere inserito ed evidenziato nel Curriculum.

Un'esperienza di stage all'estero è un valore aggiunto che le aziende tengono in massima considerazione già in fase di *screening* del CV. L'aver già operato in aziende internazionali, al di là delle competenze acquisite, denota spesso, infatti, una buona capacità di adattamento a contesti e situazioni diversi da quelli abituali, una scioltezza nella lingua straniera impiegata, curiosità e autonomia.

E anche se per alcune aziende lo stage è considerato un'esperienza formativa utile ma non sempre fondamentale per un'assunzione, sarà però comunque un ottimo biglietto da visita, soprattutto se vuoi candidarti presso aziende che hanno una struttura internazionale o che vantano frequenti contatti con l'estero.

Al momento di aggiornare il tuo Curriculum (vedi Par. 1.3.2) potrai farlo sia in italiano che nella lingua nella quale hai svolto lo stage, magari utilizzando una terminologia appropriata e in linea con i profili presenti nelle aziende nelle quali intendi candidarti.

Concluso lo stage e aggiornato il Curriculum, infatti, se non devi o non vuoi proseguire gli studi, dovrai probabilmente iniziare a cercare un lavoro. Le strade che puoi percorrere sono diverse:

✈️ ti puoi rivolgere ai **Centri per l'impiego** del tuo Comune di residenza, presso il quale sarà possibile:

- sostenere un colloquio di orientamento finalizzato a comprendere meglio le tue aspirazioni, eventualmente anche usufruendo delle opportunità offerte dal **Progetto Garanzia Giovani**;
- chiedere informazioni su offerte di lavoro in Italia;

- consegnare il tuo CV da inserire nella banca dati;
- chiedere informazioni su offerte di lavoro all'estero tramite il collegamento con la Rete Eures (<http://ec.europa.eu/eures>) che contiene:
 - ✓ offerte d'impiego aggiornate in tempo reale in 32 Paesi europei;
 - ✓ CV dei candidati;
 - ✓ informazioni necessarie per vivere e lavorare all'estero, utilizzando ad esempio anche il Progetto *Your first Eures job* (YfEj – Vedi Par. 2.2);
 - ✓ i riferimenti dei consiglieri Eures italiani, ai quali rivolgersi per un'eventuale consulenza.

Per trovare il CPI più vicino a casa tua puoi visitare il portale del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali (MLPS) alla pagina www.cliclavoro.gov.it/Cittadini/Pagine/CercaSportello.aspx, dove selezionando la tua provincia e la tua città e cliccando sull'apposita icona, puoi visualizzare l'elenco dei Centri. In questo portale è possibile, inserendo il tuo CV, cercare offerte di lavoro e candidarsi.

- ✈️ Puoi contattare le **Agenzie per il lavoro** (APL) accreditate in Italia dal MLPS ad offrire servizi di domanda e offerta di lavoro, che spesso agiscono su incarico delle aziende interessate. È possibile trovare l'elenco completo di indirizzi e numeri di telefono delle APL, attraverso i servizi *Cerca Sportello* o *Consulta l'Albo*, ambedue presenti all'interno del portale www.cliclavoro.gov.it.
- ✈️ Puoi consultare **la Borsa del Placement** (www.borsadelplacement.it) che ha l'obiettivo di favorire e facilitare un collegamento permanente tra scuola, università e aziende. È attiva tutto l'anno, con informazioni e servizi, eventi fisici e virtuali: per esempio si incontrano sia sul web che "dal vivo", durante fiere ed eventi realizzati *ad hoc* (*Career day*, ecc.), i manager delle risorse umane delle aziende con i responsabili degli Uffici *Placement* di molte università italiane e di alcune università straniere.
- ✈️ Puoi visualizzare le offerte online degli **Uffici Stage e Placement** delle università italiane, in particolare della tua.
- ✈️ Puoi contattare le **Associazioni imprenditoriali** e la **Camera di commercio** (www.camcom.gov.it) della tua Provincia, se accreditate ad offrire servizi di intermediazione, verificandolo sempre sull'Albo Informatico. Fra gli strumenti offerti dalla rete camerale si consiglia di mettere fra i preferiti il portale www.infoimprese.it che contiene l'archivio di tutte le imprese italiane, suddivise per denominazione, prodotto, servizio e localizzazione territoriale: facendo una ricerca mirata, puoi estrapolare le aziende inserite nel settore produttivo di tuo interesse, a cui eventualmente inviare la tua candidatura spontanea.
- ✈️ Puoi rivolgerti ai **Consulenti del Lavoro** (www.consulentidellavoro.it) presenti nel tuo Comune di residenza, accreditati dal MLPS a svolgere servizi di intermediazione.

Se prendere appuntamenti e recarsi di persona presso le diverse agenzie del lavoro è un'operazione che richiede un po' di tempo, la ricerca online delle migliori opportunità, pur veloce e immediata, necessita di una serie di accorgimenti nella selezione delle fonti. Fra le tante opportunità, ti segnaliamo:

- ✈️ i **siti internet specializzati**, sia italiani che internazionali, in cui è possibile consultare annunci di offerte di lavoro e inserire il proprio Curriculum nelle banche dati da loro

gestite, tra cui, ad esempio, www.monster.it, leader del *recruiting online* e divisione italiana del *network* mondiale *Monster Worldwide* (www.monster.com/geo/siteselection) che ha altri 40 siti nel mondo. Un altro sito che pubblicizza offerte in Spagna, Italia e Brasile è www.infojobs.com, mentre sono italiani www.jobonline.it, www.helplavoro.it e www.mondolavoro.it;

- ✈ i **siti specializzati** per settore economico (www.lavoroturismo.it, www.jobintourism.it, www.informaticalavoro.it, www.edilportale.com, <http://it.fashionjobs.com>, www.greenjobs.it, www.renewableenergyjobs.com), profilo (www.talentmanager.com, www.professionisti.it, www.professionearchitetto.it) o associazione professionale (www.fnomceo.it, www.onb.it, www.fic.it) e datoriale (www.unimpiego.it) che pubblicizzano opportunità sia in Italia che all'estero;
- ✈ i **giornali specializzati**, che pubblicano periodicamente inserzioni di lavoro o bandi di concorso presso le Pubbliche amministrazioni, come ad esempio il sito <http://lavoro.corriere.it> della testata online del Corriere della Sera. Fra le testate online specializzate sull'incontro domanda/offerta ricordiamo anche www.lavorare.net e www.bollettinodellavoro.it;
- ✈ le sezioni **Lavora con noi**, **Lavoro**, **Careers**, presenti sui siti delle grandi aziende o delle organizzazioni più strutturate, spesso quotate in borsa che, proprio per questo, hanno l'obbligo di fornire sul portale dedicato informazioni chiare e trasparenti. Per candidarsi online si richiede spesso di riempire un apposito *form*. Potrebbe costituire un buon inizio avviare la propria carriera in un grande gruppo, per avere esperienze professionali in più aree sia in Italia che all'estero;
- ✈ non bisogna infine dimenticare il classico **passaparola** che, pur non essendo una strada ufficiale, è pur sempre molto utile per la ricerca del lavoro, così come chiedere ad amici e parenti.

Ti consigliamo inoltre, nel caso volessi approfondire o ti volessi orientare nel mondo delle professioni e del lavoro, di consultare i seguenti siti:

- ✈ <http://professionioccupazione.isfol.it>, realizzato dall'Isfol su iniziativa del Ministero del Lavoro. Il sito, strategico per chi sta terminando gli studi e deve scegliere il proprio percorso professionale, descrive l'universo delle professioni ai raggi X per conoscere oltre 800 Unità Professionali, ciascuna descritta con 400 variabili;
- ✈ www.isfol.it/euroguidance, il sito di Euroguidance Italy, che offre materiali informativi sulle opportunità di studio, formazione e lavoro a livello nazionale e transnazionale, anche attraverso un'attività di sportello, dedicata a soddisfare i quesiti degli utenti sulle possibilità di studio e formazione nei **Paesi aderenti alla Rete**;
- ✈ www.jobtel.it, portale dell'orientamento al lavoro gestito da Unioncamere, le Camere di Commercio d'Italia, attraverso il Sistema Informativo Excelsior, che offre notizie su come muovere i primi passi nel mondo del lavoro, conoscere il mercato e coglierne le opportunità, scegliendo l'occupazione più adatta alle proprie aspettative e necessità.

A stylized map of Europe in a light blue color, overlaid with a network of dashed white lines representing flight paths. Several white airplane icons are scattered across the map, indicating various flight routes. The overall background is a solid light blue.

2

TROVARE
UNO STAGE

2.1 Il Programma Erasmus+

La Commissione europea promuove e sostiene la mobilità di giovani e studenti attraverso lo sviluppo di specifici programmi e iniziative. Il Programma **Erasmus+**, approvato con il [Regolamento Ue n. 1288/2013](#) del Parlamento europeo e del Consiglio, incentiva, per il periodo 2014-2020, azioni di mobilità transnazionale finalizzate allo studio, alla formazione, ad esperienze di lavoro e di volontariato.

Il nuovo Programma che combina ed integra tutti i precedenti regimi di finanziamento dell'Unione europea nel campo dell'istruzione, della formazione e della gioventù, si inserisce in un contesto socio-economico che vede quasi 6 milioni di giovani europei disoccupati, con livelli che in alcuni Paesi superano il 40%. Erasmus+, con un bilancio di 14,7 miliardi di euro per il periodo 2014-2020, con un incremento del 40% rispetto alla programmazione precedente, intende fornire risposte concrete a queste problematiche, offrendo ai giovani occasioni di studio, formazione e lavoro all'estero.

Le opportunità offerte dal Programma hanno come principali destinatari studenti, tirocinanti, apprendisti, discenti, volontari, insegnanti, formatori, animatori giovanili e professionisti di vario genere che lavorano nelle organizzazioni, attive nei settori dell'istruzione, della formazione, della gioventù e dello sport. **Erasmus+ non prevede l'erogazione diretta di sovvenzioni ai singoli partecipanti, ma raggiunge gli individui attraverso le organizzazioni, le università e le scuole che sono titolate a presentare proposte e a candidarsi per ottenere un finanziamento.** Il singolo partecipante interessato ad usufruire delle opportunità offerte dal Programma deve rivolgersi alle strutture beneficiarie di una sovvenzione Erasmus+.

Delle molteplici azioni finanziate dal Programma, ve ne sono in particolare due finalizzate a supportare la realizzazione di esperienze di **mobilità per tirocini all'estero**:

- ✈ **Mobilità a fini di *traineeship* per studenti universitari;**
- ✈ **Mobilità per tirocini per gli allievi dell'istruzione e formazione professionale (VET).**

Mobilità a fini di *traineeship* per gli studenti universitari

Destinatari

Accanto alla tradizionale mobilità per studio (frequenza di corsi ed esami in un altro Istituto di Istruzione Superiore), lo studente universitario di 1°, 2° e 3° ciclo, iscritto presso un Istituto di Istruzione Superiore (Università, Settore [AFAM](#)¹², [SSML](#)¹³, [ISIA](#)¹⁴, [ITS](#)¹⁵) può, grazie al Programma Erasmus+, svolgere un tirocinio in un'azienda o in un'organizzazione all'estero: **nel 2014 ne sono partiti dall'Italia più di 5000.**

È possibile realizzare un'esperienza di *traineeship* fin dal primo anno di studi ed anche i **neolaureati**, i neodiplomati accademici [AFAM](#), [SSML](#), [ISIA](#) e i neodiplomati tecnici superiori [ITS](#) possono fare domanda di mobilità, purché rispondano al bando del proprio Istituto di istruzione superiore e risultino selezionati prima di ottenere il diploma.

12. Alta Formazione Artistica, Musicale e Coreutica.

13. Scuole Superiori per Mediatori Linguistici.

14. Istituti Superiori per le Industrie Artistiche.

15. Istituti Tecnici Superiori.

Dal momento del suo conseguimento, ci sono al massimo 12 mesi di tempo per svolgere la mobilità.

Durata

I tirocini all'estero possono avere una durata compresa tra un minimo di 2 e un massimo di 12 mesi, anche se di norma la loro durata non supera i 6 mesi. Nel corso degli studi universitari è possibile sia alternare che ripetere un'esperienza di mobilità Erasmus+ all'estero (che sia ai fini di studio o di *traineeship*), nel rispetto della durata complessiva di **12 mesi per ciascun ciclo di studi**. Nel caso dei programmi di studio a ciclo unico, come ad esempio Medicina, gli studenti possono, invece, usufruire di un periodo di mobilità complessiva fino a 24 mesi.

Modalità di partecipazione

Gli studenti interessati non possono presentare domanda direttamente all'**Indire**, l'Agenzia Nazionale di competenza (vedi più avanti), ma devono candidarsi presso gli Istituti di appartenenza che autonomamente gestiscono i bandi di mobilità per i tirocini. Lo studente deve essere iscritto presso un Istituto di Istruzione Superiore, titolare di **ECHE** (*Erasmus Charter for Higher Education*) e deve partecipare al relativo Bando pubblicato annualmente dalla propria struttura formativa. Per garantirne la qualità, la mobilità dovrà essere compatibile con il percorso accademico dello studente e con le sue personali aspirazioni.

Le **sedì eleggibili** per ospitare un *traineeship* possono essere le più varie, alcune però, quali ad esempio le istituzioni Ue e altri organismi comunitari, incluse le agenzie specializzate, le organizzazioni che gestiscono programmi comunitari, e dunque anche le Agenzie Nazionali, *sono considerate ineleggibili*. L'elenco completo è disponibile nella **Guida al Programma** reperibile sul sito di Erasmus+ (www.erasmuplus.it).

Gli studenti iscritti presso un Istituto di Istruzione Superiore e/o i neo-laureati che non sappiano dove svolgere un *traineeship* all'estero possono registrarsi alla piattaforma erasmusintern.org promossa dall'*Erasmus Student Network*. Accedendo alla sezione "sign up" e spuntando l'opzione "I'm looking for an internship", sarà infatti possibile creare un proprio profilo e cercare l'impresa/l'organizzazione che meglio risponda ai propri obiettivi di carriera accademica e di futura realizzazione professionale.

Prima della partenza è necessario:

- ✈ stipulare un **Accordo finanziario**, che copra il periodo di mobilità, siglato dall'Istituto di appartenenza e dallo studente;
- ✈ redigere un **Piano di studio** (*Learning Agreement for Traineeship – Before the Mobility*) che stabilisca il programma di formazione da seguire all'estero; tale documento viene approvato e sottoscritto dallo studente, dall'Istituto di appartenenza e dall'impresa ospitante. Può anche essere utile consultare la "**Carta dello studente Erasmus+**" all'interno della quale sono specificati i diritti e i doveri dei partecipanti e inserite informazioni su cosa è possibile attendersi dall'organizzazione d'invio e dall'organizzazione ospitante in ciascuna fase dell'esperienza di mobilità.

Al termine della mobilità:

- ✈ l'impresa ospitante deve rilasciare allo studente un **Certificato** attestante la durata della mobilità, le attività svolte, nonché i risultati conseguiti (*Learning Agreement for Traineeship – After the Mobility*) in termini di conoscenze, competenze, abilità acquisite e un giudizio finale sulla mobilità intrapresa;
- ✈ l'Istituto di appartenenza deve dare pieno **riconoscimento all'attività svolta e certificata**, possibilmente integrandola all'interno del programma di studio dello studente e inserendola nel **Diploma Supplement** (vedi Par. 1.3.3).

Dove

È possibile recarsi in uno dei 28 Paesi Ue, nei 3 Paesi dello Spazio Economico Europeo (Islanda, Liechtenstein e Norvegia) e nei Paesi per i quali sono stati sottoscritti degli accordi bilaterali con la Commissione europea. L'elenco completo è consultabile sempre sulla [Guida al Programma](#).

Contributo finanziario

Lo studente Erasmus+ può ricevere un **contributo comunitario ad hoc** oppure beneficiare solamente dello *status* Erasmus (senza borsa); in entrambi i casi, durante il periodo di mobilità viene mantenuto il diritto ad ottenere borse di studio e/o a prestiti di tipo nazionale.

La sovvenzione per la mobilità degli studenti si configura come un **contributo per i costi di viaggio e di soggiorno** per l'intera durata del tirocinio all'estero ed è calcolato sulla base di **importi forfettari** definiti dall'Agenzia Nazionale di riferimento in accordo con il [Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca](#) e nel rispetto dei massimali stabiliti dalla Commissione europea. La borsa di mobilità degli studenti è modulata tenendo conto del costo della vita del Paese di destinazione, secondo lo schema seguente:

BORSA DI MOBILITÀ 2015	PAESI	CONTRIBUTO MENSILE
GRUPPO 1 Paesi aderenti al Programma con costo della vita più elevato	Austria, Danimarca, Finlandia, Francia, Irlanda, Liechtenstein, Norvegia, Regno Unito, Svezia	€480/mese
GRUPPO 2 Paesi aderenti al Programma con costo della vita medio	Belgio, Cipro, Croazia, Germania, Grecia, Islanda, Lussemburgo, Paesi Bassi, Portogallo, Repubblica Ceca, Slovenia, Spagna, Turchia	€430/mese
GRUPPO 3 Paesi aderenti al Programma con costo della vita più basso	Bulgaria, Estonia, Ex Repubblica Jugoslava di Macedonia, Lettonia, Lituania, Malta, Polonia, Romania, Slovacchia, Ungheria	

Infine, possono essere previsti anche dei contributi di co-finanziamento erogati dalle Autorità nazionali, dall'Istituto di appartenenza e dall'impresa; quest'ultima può prevedere anche l'erogazione di beni e servizi a favore del tirocinante Erasmus (buoni pasto, tessere per i trasporti locali o altro).

Referenti

Agenzia Nazionale Erasmus+, settore Università c/o INDIRE

Via Cesare Lombroso, 6/15 – 50134 Firenze

Via Guidubaldo del Monte, 54 – 00197 Roma

Helpdesk telefonico al seguente numero: 06 54210483

dal lunedì al giovedì: 9.00 – 13.00 & 14.00 – 16.30

il venerdì: 9.00 – 13.30

erasmus@indire.it – www.erasmusplus.it

Mobilità VET destinata agli allievi dei percorsi di istruzione e formazione professionale

Destinatari

Le mobilità VET sono destinate ad apprendisti, studenti di istituti tecnici e professionali, allievi dei centri di formazione professionale, neo diplomati e neo qualificati entro e non oltre un anno dall'acquisizione del titolo. **Nel 2014 oltre 7000 giovanissimi italiani** hanno ottenuto questo tipo di borsa. La mobilità per questi partecipanti consiste in un periodo di formazione e/o in un'esperienza lavorativa svolta presso un'impresa o un istituto di formazione di un altro [Paese partecipante al Programma](#), che preveda modalità di apprendimento in contesti lavorativi (*work based learning*).

Il tirocinio formativo si configura per i partecipanti come parte integrante del percorso di formazione professionale e si propone come obiettivo principale quello di creare un raccordo tra formazione e acquisizione di competenze professionali spendibili nel mercato del lavoro.

Durata

La durata della mobilità all'estero va da un minimo di 2 settimane fino a un massimo di 12 mesi, escluso il tempo del viaggio. Nel corso degli studi è possibile ripetere l'esperienza di mobilità Erasmus+, nel rispetto della durata complessiva di **12 mesi**.

Modalità di partecipazione

Per ottenere una borsa di mobilità è necessario che la scuola o il centro di formazione di appartenenza abbia attivato un progetto Erasmus+ di mobilità VET. Non è possibile presentare direttamente la propria candidatura presso l'Agenzia Nazionale di competenza. Prima di partire l'ente d'invio è tenuto a fornire all'allievo tutto il supporto necessario, affinché possa vivere l'esperienza di apprendimento/lavoro all'estero nel modo più proficuo possibile, fornendo informazioni riguardo a tutti gli aspetti pratico logistici: viaggio, alloggio, eventuale supporto linguistico, copertura assicurativa e ogni altra informazione utile per la sua mobilità. Oltre agli aspetti pratici, l'ente d'invio è responsabile anche della formazione pedagogica e culturale del partecipante e deve assicurarsi di fornire quelle

conoscenze e competenze necessarie a garantire il pieno inserimento del partecipante nella vita lavorativa dell'organismo ospitante. Tale attività non può dunque prescindere dal settore professionale di riferimento del progetto e richiede la collaborazione di tutti i partner, in particolare quella di eventuali organismi intermediari locali che più direttamente rappresentano la realtà del mercato del lavoro di settore (rappresentanze delle associazioni di categoria, rappresentanze sindacali, imprese, ecc.).

Al fine di garantirne la buona riuscita, ciascun tirocinio deve essere pienamente coerente ed integrato al percorso formativo seguito dal partecipante e viene progettato nell'ambito di un quadro di qualità che include la sottoscrizione da parte di tutte le parti coinvolte (organizzazione d'invio, ente di accoglienza e partecipante) di un **accordo di apprendimento** che comprende la **Dichiarazione di Qualità** (*Learning Agreement – Quality Commitment*) della *mobility experience*.

Al termine dell'esperienza, l'ente ospitante e quello d'invio sono tenuti a rilasciare allo studente un **Certificato** attestante la durata della mobilità, le attività svolte, i risultati conseguiti in termini di conoscenze, competenze, abilità nonché un giudizio finale sulla mobilità intrapresa.

Dove

È possibile recarsi in uno dei 28 Paesi Ue, nei 3 Paesi dello Spazio Economico Europeo (Islanda, Liechtenstein e Norvegia) e nei Paesi per i quali sono stati sottoscritti degli accordi bilaterali con la Commissione Europea. L'elenco completo è consultabile sulla [Guida al Programma](#), reperibile sul sito di Erasmus+ (www.erasmuplus.it).

Contributo finanziario

Il partecipante può ricevere un **contributo comunitario ad hoc**, oppure beneficiare solamente dello *status* Erasmus+ (senza borsa); in entrambi i casi, durante il periodo di mobilità viene mantenuto il diritto ad ottenere borse di studio e/o prestiti di tipo nazionale. La sovvenzione per la mobilità degli studenti si configura come un **contributo per i costi di viaggio e di soggiorno** per l'intera durata del tirocinio all'estero ed è calcolato sulla base di **importi forfettari** definiti dall'Agenzia Nazionale di riferimento, in accordo con il [Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali](#) e nel rispetto dei massimali stabiliti dalla Commissione europea. La borsa di mobilità può essere gestita direttamente dall'ente d'invio oppure in parte o totalmente erogata al partecipante. Nel caso di gestione diretta, l'ente d'invio fornisce al partecipante il servizio (viaggio e spese di soggiorno). Le modalità di gestione della borsa di mobilità vengono formalizzate all'interno di un accordo sottoscritto dalle parti. La borsa è modulata tenendo conto del costo della vita del Paese di destinazione secondo lo schema seguente:

BORSA DI MOBILITÀ 2015	PAESI	CONTRIBUTO MENSILE MEDIO*
GRUPPO 1 Paesi aderenti al Programma con costo della vita più elevato	Austria, Danimarca, Finlandia, Francia, Irlanda, Liechtenstein, Norvegia, Regno Unito, Svezia	€1877/mese
GRUPPO 2 Paesi aderenti al Programma con costo della vita medio	Belgio, Cipro, Croazia, Germania, Grecia, Islanda, Lussemburgo, Paesi Bassi, Portogallo, Repubblica Ceca, Slovenia, Spagna, Turchia	€1684/mese
GRUPPO 3 Paesi aderenti al Programma con costo della vita più basso	Bulgaria, Estonia, Ex Repubblica Jugoslava di Macedonia, Lettonia, Lituania, Malta, Polonia, Romania, Slovacchia, Ungheria	€1591/mese
* I valori riportati si riferiscono al contributo medio per il primo mese di permanenza all'estero. Per soggiorni più lunghi il contributo medio mensile diminuisce proporzionalmente alla durata. Per conoscere nel dettaglio il contributo comunitario per le diverse destinazioni e durate è possibile consultare le tabelle dei massimali disponibili sul sito dell'Agenzia Nazionale c/o l'Isfol		

Referenti

Agenzia Nazionale Erasmus+, Settore Istruzione e formazione professionale (VET)
c/o ISFOL

Corso d'Italia, 33 – 00198 Roma

Tel. 06 854471

erasmusplus@isfol.it – www.erasmusplus.it

Supporto linguistico

Per tutti i destinatari di ambedue le tipologie di tirocini appena descritte, che abbiano una durata pari o superiore a 30 giorni, la Commissione europea mette a disposizione corsi di lingua online (**OLS – Online Linguistic Support**) per supportare lo sviluppo delle competenze linguistiche di coloro che partecipano ad iniziative di mobilità. I corsi sono ad oggi disponibili in 6 lingue (francese, inglese, italiano, olandese, tedesco, spagnolo). La piattaforma prevede una prima **valutazione della competenza linguistica dello studente** tramite un test d'ingresso in modo che lo studente abbia la possibilità di usufruire di un **corso che sia il più possibile** adeguato al suo livello. Il partecipante viene, inoltre, valutato anche al **termine** del suo periodo di mobilità, consentendo di fatto di verificare gli effettivi risultati ottenuti. Anche gli studenti non vedenti possono prendere parte ai corsi, data la compatibilità della piattaforma con i *browser* utilizzati nei programmi speciali per non vedenti.

Nell'eventualità che si renda necessaria una formazione in lingue diverse dalle 6 presenti nel supporto online, gli enti d'invio possono far richiesta di un finanziamento per la realizzazione di corsi di lingua *ad hoc*.

2.2 Your first Eures job

Il Programma *Your first Eures job* (YfEj – www.yourfirsteuresjob.eu), letteralmente “Il tuo primo lavoro Eures”, operativo dal giugno del 2012, è cofinanziato dall’Unione europea attraverso il [Programma per l’occupazione e l’innovazione sociale \(Employment and Social Innovation – EaSI\)](#) e da 9 Ministeri del Lavoro europei (Croazia, Cipro, Francia, Germania, Irlanda, Italia, Portogallo, Repubblica Ceca, Spagna), in collaborazione con la Città Metropolitana di Roma Capitale e [un’ampia rete di partner associati](#).

Il suo scopo è quello di aiutare i **giovani 18-35enni** dei **28 Stati Ue, più Islanda e Norvegia**, a trovare un posto di lavoro o di apprendistato, o un **tirocinio extracurricolare** in un altro Paese dell’Unione europea. Allo stesso tempo l’iniziativa vuole dare una mano ai **datori di lavoro** nella ricerca di quelle professionalità di più difficile reperimento.

I **tirocini** sono stati inseriti nel Programma YfEj dall’**agosto del 2015**, proprio perché costituiscono una delle modalità di acquisizione e di rafforzamento delle competenze professionali dei giovani, al fine di poterli inserire più facilmente nel mercato del lavoro.

I servizi offerti da YfEj

YfEj è a tutti gli effetti un **Servizio europeo per l’impiego**.

Il suo strumento principale è la [piattaforma EUJOB4EU](#) che raccoglie in un unico luogo i CV di giovani candidati provenienti dai 28 Stati Ue (più Islanda e Norvegia) interessati ad un’esperienza professionale all’estero e le offerte di impiego, apprendistato e **tirocinio extracurricolare** , provenienti dai datori di lavoro europei che ricercano giovani da inserire nelle loro organizzazioni.

I servizi offerti sono:

- ✈ **pre-placement** per le imprese (identificazione dei fabbisogni professionali e definizione delle offerte di lavoro) e per i giovani in cerca di occupazione (supporto alla registrazione sulla piattaforma dedicata);
- ✈ **reclutamento e matching**;
- ✈ **benefici finanziari** per i giovani in cerca di occupazione (spese di viaggio per il colloquio e trasferimento in un altro Paese Ue) e per le imprese (“*Integration programme*” per i giovani neo inseriti, che comprende formazione introduttiva, supporto amministrativo, ecc.);
- ✈ **corsi di lingua** o altri tipi di formazione (*Preparatory training*) per i candidati pre-selezionati (per maggiori informazioni si vedano [i servizi di YfEj](#));
- ✈ supporto per il **riconoscimento delle qualifiche** dei candidati pre-selezionati;
- ✈ **tutoraggio** per tirocinanti ed apprendisti.

I requisiti di ammissibilità

Per **candidarsi** ad un **tirocinio extracurricolare** attraverso il Programma YfEj è necessario:

■ essere un cittadino residente nell’Unione europea, in Norvegia o in Islanda ■ avere tra 18 e 35 anni ■ voler fare un’esperienza in un Paese diverso da quello di residenza, compreso fra uno dei 28 Paesi Ue, più la Norvegia e l’Islanda ■ **registrarsi** sulla **piattaforma** www.yourfirsteuresjob.eu/login, compilando **online il CV in inglese**, che segue il modello [Europass](#) (Par. 1.3.2). Il CV deve essere generale con più informazioni possibile, corrette e sempre aggiornate (vedi la [pagina dedicata](#) ai consigli utili per la compilazione).

Il candidato verrà contattato qualora si presentasse un **posto adatto al suo profilo**.

Allo stesso tempo i datori di lavoro, pubblici o privati, che possono richiedere la selezione di tirocinanti attraverso *YfEj* devono soddisfare le seguenti **condizioni**: ■ avere sede legale nell'Unione europea, in Norvegia o in Islanda ■ cercare tirocinanti residenti in un Paese diverso da quello della propria sede legale, ma compreso in uno dei 28 Paesi Ue, oppure in Norvegia o in Islanda ■ avere posizioni aperte di tirocini extracurricolari ■ rispettare le legislazioni nazionali in materia di lavoro e di protezione sociale ■ prevedere un **contratto scritto di tirocinio** ■ prevedere una remunerazione che copra parte dei costi sostenuti dal tirocinante ■ offrire un tirocinio della durata di almeno **6 mesi** ■ prevedere una formazione *on the job*, che miri a rafforzare le competenze del tirocinante ■ offrire servizi di *tutoring* e/o *mentoring* durante l'intero periodo del tirocinio ■ fornire il massimo livello possibile di supporto logistico (ad esempio per la ricerca di alloggio presso un ostello, una famiglia o un appartamento) ed eventualmente fornire un supporto finanziario complementare ■ rilasciare una certificazione finale sulla natura e i risultati del tirocinio, mettendo in evidenza le conoscenze, le capacità e le competenze acquisite, secondo la prassi nazionale o dell'azienda/organizzazione ospitante.

È importante sottolineare che i **tirocini curriculari non possono essere finanziati dal Programma YfEj**. Inoltre, saranno presi in considerazione solo quei tirocini che rappresentano un'opportunità reale di crescita e di emancipazione professionale per il giovane che punta a rafforzare la sua occupabilità alla fine del tirocinio.

Per le piccole e medie imprese (PMI) sono, inoltre, previsti contributi finanziari per il pagamento di un programma di integrazione per il tirocinante, che può includere un corso di lingua e una formazione collegata all'*internship* o al primo lavoro, con eventuale sostegno amministrativo e agevolazione al trasferimento (si veda a questo proposito la Guida "*Il tuo primo lavoro Eures*").

Come vengono selezionati i candidati migliori per un tirocinio extracurricolare

Il *matching* può essere eseguito sia automaticamente (attraverso una ricerca sui campi professionali desiderati, per competenze linguistiche o per altre tipologie) che manualmente, attraverso l'identificazione di tutti i candidati potenzialmente affini ad un determinato profilo, specificato nel posto vacante. Tutti i candidati che possiedono le caratteristiche indicate nei posti vacanti vengono contattati per verificare la loro disponibilità e la coerenza con i requisiti richiesti.

Viene fatta una preselezione dei candidati, che viene poi trasmessa alle **imprese** coinvolte. È a queste che spetta la **decisione finale** di invitare i candidati scelti ad un colloquio, ai quali verrà eventualmente proposto il tirocinio.

Dove è possibile vedere le posizioni aperte

Al fine di garantire ai datori di lavoro un servizio veloce ed efficace, vengono pubblicizzati soltanto i posti vacanti di impiego, apprendistato o tirocinio che dispongono di un numero elevato di posizioni o che richiedono specifici requisiti. È possibile trovarne l'elenco nella pagina "*Hot Jobs*" o nei *social network* a cura del Portale di *YfEj*.

2.3 Le associazioni studentesche internazionali

Alcune associazioni studentesche internazionali, tra i loro servizi, offrono supporto ed assistenza agli studenti e ai neolaureati che desiderano svolgere un tirocinio, creando collegamenti fra le università e le aziende oppure organizzando direttamente stage all'estero¹⁶. Ne abbiamo individuate alcune che descriviamo brevemente qui di seguito.

L'**AIESEC** – *Association Internationale des Étudiants en Sciences Économiques et Commerciales* (<http://aiesec.org/>, <http://aiesec.it>) è una grande associazione studentesca presente in 124 Paesi del mondo. L'associazione si occupa di scambi internazionali, offrendo agli studenti la possibilità di realizzare esperienze di stage o volontariato all'estero.

Attraverso il Programma *Global Talent*, l'Aiesec offre a giovani laureandi e laureati (entro due anni dal conseguimento del titolo) l'opportunità di svolgere esperienze di stage all'estero di una durata compresa tra i 3 e i 12 mesi presso aziende partner. L'accesso al programma è selettivo e sono richieste ottime conoscenze linguistiche ed esperienza pratica nel campo nel quale ci si vuole candidare. Il Programma prevede lo svolgimento di stage nei settori *Marketing*, *Teaching*, *Information Technology* e *Business*. In Italia l'associazione è presente su tutto il territorio con 20 sedi locali.

Il **BEST** – *Board of European Students of Technology* (www.best.eu.org) è un'organizzazione che, attraverso 96 gruppi locali diffusi in 33 Paesi, fornisce agli studenti europei delle facoltà scientifiche opportunità di incontro e di apprendimento mediante l'organizzazione di eventi accademici e non. Attraverso il servizio on line *Best Career Support*, l'associazione offre a studenti e neolaureati la possibilità di candidarsi alle offerte di stage e di lavoro delle aziende partner. In Italia l'associazione è presente in 7 università: i Politecnici di Torino e di Milano, le Università di Roma "Sapienza" e "Tor Vergata", le Università di Napoli, di Messina e di Trento.

L'**ELSA** – *European Law Students' Association* (<http://elsa.org>) è l'associazione indipendente degli studenti di Legge più grande del mondo e attualmente rappresenta circa 300 facoltà di Giurisprudenza in 43 Paesi europei. In Italia è presente in 30 università. Attraverso il Programma *STEP (Student Trainee Exchange Programme)*, l'Elsa organizza stage che possono durare da 2 settimane fino a 2 anni in tutti gli ambiti connessi al diritto (studi legali, tribunali, istituzioni pubbliche, banche, società di consulenza ed organizzazioni internazionali). Prima e durante il tirocinio, l'Elsa fornisce allo stagista assistenza e supporto tecnico (ad esempio per la ricerca dell'alloggio e per favorire l'ambientamento nel Paese di destinazione). L'accesso al programma è riservato ai soci Elsa: per le modalità di iscrizione è possibile rivolgersi alla sede locale di riferimento.

L'**IAESTE** – *International Association for the Exchange of Students for Technical Experience* (www.iaeste.org) organizza programmi di scambio per gli studenti dell'area tecnico-scientifica con l'obiettivo di realizzare esperienze utili per il completamento della

16. Diverse associazioni richiedono, per usufruire dei servizi offerti, l'iscrizione e il relativo pagamento di una quota associativa.

formazione. L'associazione, presente in 80 Paesi del mondo, organizza stage retribuiti e svolge attività di supporto tecnico e logistico. La maggior parte dei tirocini si svolge durante l'estate per 8-12 settimane, ma sono disponibili anche stage più lunghi in ogni momento dell'anno. [Le condizioni per partecipare ad uno stage](#) organizzato dall'laeste sono indicate sul sito dell'associazione.

L'**ESN** – *Erasmus Student Network* (<http://esn.org>) è un'organizzazione internazionale degli studenti, presente in più di 430 Istituti di istruzione superiore di 37 Paesi. Tra i diversi servizi offerti, l'associazione fornisce informazioni, supporto e assistenza ai giovani che intendono svolgere [un tirocinio all'estero](#) presso le istituzioni europee o nell'ambito dei Programmi Erasmus+ ed Eurodyssée.

L'**ESU** – *European Students Union* (www.esu-online.org) è un'organizzazione che include 45 associazioni nazionali di studenti di 38 Paesi. Lo scopo dell'organizzazione è quello di rappresentare, promuovere e tutelare gli interessi educativi, sociali, economici e culturali degli studenti a livello europeo.

L'**AEGEE** – *Association des États Généraux des Étudiants de l'Europe – European Students' Forum* (www.aegEE.org) è una delle più grandi organizzazioni studentesche interdisciplinari d'Europa ed è presente in 40 Paesi. L'associazione sostiene e incoraggia la mobilità transnazionale ed è aperta a studenti e giovani provenienti da tutte le facoltà e discipline.

L'**ESAA** – *Erasmus+ Student and Alumni Association* (www.esaa-eu.org) è un'organizzazione che riunisce gli studenti ed ex studenti che hanno partecipato al Programma Erasmus+ finanziato dall'Unione europea. L'associazione offre una piattaforma dinamica per la creazione di reti, lo sviluppo professionale e l'apprendimento interculturale, promuovendo la cooperazione europea e mondiale in tema di istruzione superiore.

Per [un elenco dettagliato](#) delle principali associazioni studentesche internazionali si può consultare il portale olandese www.studyportals.com. Nel sito possono essere reperite informazioni molto utili per tutti gli studenti che intendono svolgere un'esperienza internazionale di studio o formazione.

Esistono infine alcune associazioni internazionali di settore che, fra tra i diversi servizi offerti, svolgono anche attività di supporto per la realizzazione di tirocini all'estero. In questa sede abbiamo indicato solo l'indirizzo internet dell'organizzazione studentesca; ovviamente in quasi tutti i casi si può fare riferimento alla loro sede italiana o a quella del Paese scelto per lo stage.

Tab. 1 – Le associazioni studentesche internazionali suddivise per settore

SETTORE	NOME ASSOCIAZIONE	INDIRIZZO INTERNET
Aerospaziale	EUROAVIA – <i>European Association of Aerospace Students</i>	http://euroavia.eu
Agronomo/ Forestale	IAAS – <i>International Association of Students in Agricultural and Related Sciences</i>	www.iaasworld.org
	IFSA – <i>International Forestry Students' Association</i>	www.ifsa.net
Architettura	ELASA – <i>European Landscape Architecture Student Association</i>	http://elasa.org
Comunicazione/ Giornalismo	FEJS – <i>Forum for European Journalism Students</i>	http://fejs.info
Farmacia	EPSA – <i>European Pharmaceutical Students' Association</i>	www.epsa-online.org
	IPSF – <i>International Pharmaceutical Students' Federation</i>	www.ipsf.org
Fisica	IAPS – <i>International Association of Physics Students</i>	www.iaps.info
Geografia	EGEA – <i>European Geography Association</i>	www.egea.eu
Giurisprudenza	ELSA – <i>European Law Students' Association</i>	http://elsa.org
	EAPL Student – <i>European Association of Psychology and Law</i>	www.eaplstudent.com
Ingegneria	BEST – <i>Board of European Students of Technology</i>	www.best.eu.org
	EESTEC – <i>Electrical Engineering Students' European Association</i>	https://eestec.net
	ESTIEM – <i>European Students of Industrial Engineering and Management</i>	www.estiem.org
	IAESTE – <i>International Association for the Exchange of Students for Technical Experience</i>	www.iaeste.org
Infermieristica	ENSA – <i>European Nursing Student Association</i>	http://ensanetwork.eu
Medicina	EMSA – <i>European Medical Students' Association</i>	www.emsa-europe.org
	IFMSA – <i>International Federation of Medical Students' Associations</i>	http://ifmsa.org

Odontoiatria	IADS – <i>International Association of Dental Students</i>	http://iads-web.org
	EDSA – <i>European Dental Students' Association</i>	www.edsaweb.org
Psicologia	EFPSA – <i>European Federation of Psychology Students' Associations</i>	www.efpsa.org
	EAPL Student – <i>European Association of Psychology and Law</i>	www.eaplstudent.com
Scienze Politiche	IAPSS – <i>International Association for Political Science Students</i>	www.iapss.org
Storia	ISHA – <i>International Students of History Association</i>	www.isha-international.org
Veterinaria	IVSA – <i>International Veterinary Students' Association</i>	www.ivsa.org

Fonte: Isfol 2015

2.4 La ricerca sul web

Attraverso internet è possibile cercare indicazioni, consigli, annunci di tirocini presso enti, istituzioni ed aziende; la maggioranza dei siti specializzati sul tema offre informazioni per realizzare questo tipo di esperienza non solo in Italia, ma anche all'estero.

Alcuni portali sono delle vere e proprie agenzie che offrono **“pacchetti” tutto compreso** (colloquio di orientamento, modulistica, pratiche amministrative, contatto con le aziende e con i tutor, eventuale corso di lingue, ecc.). Per poter usufruire di questi servizi è generalmente richiesto il pagamento di un'iscrizione o di una quota associativa, che si aggiunge alle spese che andranno sostenute per effettuare lo stage (viaggio, vitto e alloggio). In alcuni casi si tratta in realtà di scuole per l'insegnamento di lingue straniere (o comunque di agenzie ad esse collegate) che propongono dei corsi di lingua **“obbligatori”** da svolgersi prima dell'eventuale stage. Corsi di lingua, vacanze-studio, stage linguistici di vario tipo possono essere ottime esperienze di pratica linguistica in un contesto lavorativo, ma non hanno molto a che fare con i **“veri”** stage.

Altri siti web sono invece **vetrine di annunci** oppure **motori di ricerca** in cui è possibile selezionare diverse opzioni fra cui Tirocini, Stage o *Internship* ed il raggio di azione è generalmente non solo europeo, ma mondiale. In molti casi questi portali offrono supporto non solo ai futuri stagisti, ma anche agli enti o alle aziende interessate a proporre stage. Anche i siti web costituiti solo da un elenco di annunci, più o meno selezionati, non sono necessariamente gratuiti: in alcuni casi bisogna iscriversi, versare una quota o pagare somme stabilite a seconda del numero di annunci che si vogliono consultare. In altri casi, invece, sono visionabili gratuitamente tutti gli annunci oppure sono pubblicate delle schede dettagliate sulle singole offerte di stage con indirizzi e recapiti diretti dell'azienda da contattare autonomamente.

È inoltre possibile informarsi anche presso le **università**, gli **sportelli di orientamento** o gli **Informagiovani** del proprio Comune di residenza, i punti locali di alcune **reti europee** di informazione ed assistenza (come gli *Europe Direct*) oppure nella miriade di forum in rete organizzati da chi vuole andare all'estero o ha appena concluso un'esperienza internazionale che hanno spesso ottimi consigli o suggerimenti da offrire.

In questo paragrafo è possibile trovare una rassegna di indirizzi web e portali utili alla ricerca di un tirocinio all'estero, suddivisa in 3 sezioni:

- ✈ i principali siti europei, a loro volta motori di ricerca per i singoli siti nazionali sul tema;
- ✈ una selezione di siti italiani pubblici e privati che informano sulle opportunità in Europa e nel resto del mondo;
- ✈ una selezione di siti internazionali che offrono *internship* e non solo, in alcuni casi chiedendo un compenso per i loro servizi.

Un consiglio sempre valido è quello di visitare con regolarità sia i siti di annunci ritenuti più interessanti per consultare le nuove offerte di tirocini sia le **sezioni *Careers o Lavora con noi*** di aziende che si vogliono tenere d'occhio. Se si naviga sui portali o ci si avvale

dei motori di ricerca, è importante ricordare che le parole-chiave da inserire sono, oltre a *stage*, *internship* e *traineeship*.

Un altro utile strumento per la ricerca dei tirocini può essere il mondo dei **social network**. Numerose oramai sono le aziende che utilizzano il *social recruiting* per la ricerca di personale. La rete, infatti, viene sempre più utilizzata dai responsabili delle risorse umane per selezionare nuovi profili o raccogliere maggiori informazioni sui candidati. Avere un profilo curato, aggiornato e completo (e soprattutto con molti “collegamenti”) sui *social* come Facebook, Twitter e soprattutto LinkedIn, è un canale assolutamente da non sottovalutare per conoscere e farsi conoscere.

I principali siti europei di riferimento

✈ **La tua Europa:** <http://europa.eu/youreurope>

Il portale della Commissione europea “La tua Europa” è dedicato alla mobilità dei cittadini all’interno dell’Unione europea. È quindi un utilissimo strumento di riferimento per quanti cercano informazioni sui diritti dei cittadini europei e consigli pratici per vivere, lavorare e viaggiare in un altro Paese dell’Ue. Nella pagina web http://europa.eu/youreurope/citizens/index_it.htm, all’interno del menu *Istruzione e gioventù*, c’è una sezione dedicata agli **stage** con informazioni utili sul sostegno finanziario (in particolare riferito al Programma Erasmus+, vedi Par. 2.1) e sull’assistenza sanitaria.

✈ **Il Portale europeo per i giovani:** http://europa.eu/youth/country/76_it

Questo sito (in 27 lingue), promosso dalla Commissione europea – DG Istruzione e Cultura – contiene informazioni sulle possibilità di studiare e lavorare in Europa. Andando alla sezione *Lavoro* è possibile trovare molte informazioni su lavoro, imprenditorialità, tirocini e lavoro stagionale.

✈ **Youth:** http://ec.europa.eu/youth/index_en.htm

Questo portale dà informazioni aggiornate in italiano, inglese, spagnolo, francese e tedesco sulle opportunità di studio e di lavoro all’estero, rimandando sia ai principali siti Ue sul tema, sia ai programmi in corso che promuovono e finanziano le diverse attività.

✈ **Euroguidance:** www.euroguidance.eu

È una Rete di Centri europei per l’orientamento e la mobilità internazionale presente in ben 33 Paesi europei che collega i sistemi di istruzione, formazione e orientamento europei: dalla *home page* del sito è possibile trovare informazioni utili per chi sia interessato a trasferirsi all’estero per motivi di studio o di formazione. Inoltre, alla pagina <http://euroguidance.eu/centres> sono reperibili i contatti di ogni singolo Centro Euroguidance in tutta Europa a cui rivolgersi direttamente e chiedere informazioni aggiornate sulle opportunità di stage all’estero.

✈ **Il portale dei giovani:** www.portaledeigiovani.it

È un punto di accesso all’informazione dedicata ai giovani sulle opportunità di mobilità per l’apprendimento promosse a livello europeo. È realizzato dalla Rete di informazione comunitaria Eurodesk con l’obiettivo di favorire la partecipazione giovanile a progetti/iniziative a carattere transnazionale. Ai tirocini è dedicata un’intera sezione all’interno del link www.portaledeigiovani.it/canali/lavorare/tirocini.

✈ **Ploteus – Learning Opportunities and Qualifications in Europe:** <http://ec.europa.eu/ploteus>

Il portale ospita una banca dati sulle opportunità di apprendimento nello spazio europeo, descrive i sistemi nazionali di istruzione e formazione e fornisce informazioni su opportunità di scambi e finanziamenti per la mobilità internazionale. Ploteus è gestito dalla Direzione generale per l'Istruzione e la Cultura della Commissione europea con il supporto della Rete e dei Centri Euroguidance.

✈ **Eures (European Employment Services):** <http://ec.europa.eu/eures>

Eures è una Rete europea di cooperazione progettata per facilitare il libero movimento dei lavoratori all'interno dello Spazio Economico Europeo. Vi si trovano inoltre, nella sezione *Vita e Lavoro*, delle Schede per ogni Paese, che integrano e completano su diversi argomenti (mercato del lavoro e relative condizioni, statistiche sui livelli di vita, ecc.), le informazioni delle Schede Paese contenute nel quarto capitolo di questo Manuale, focalizzate sulle diverse opportunità di stage. Nella [banca dati dedicata](#) è possibile trovare numerose offerte di lavoro in tutti i Paesi aderenti alla Rete. La Commissione europea, attraverso EURES, ha messo a punto una nuova piattaforma web destinata ai giovani, **Drop'pin@EURES** – <https://ec.europa.eu/eures/droppin/en>, per l'offerta di opportunità lavorative e formative. Navigando in questo sito, è possibile trovare occasioni di stage e apprendistato, anche agevolate (vedi Par. 2.2), volontariato, formazione linguistica, anche in modalità *e-learning*, oltre a servizi personalizzati di tutoraggio (*mentoring* e *coaching*) e non solo (ad esempio, come trovare casa in un altro Paese europeo).

✈ **Eurodesk:** www.eurodesk.org

È una struttura d'informazione che si avvale del supporto di più di 1.200 professionisti in Europa per sensibilizzare i giovani sulle opportunità di mobilità e per incoraggiarli a diventare cittadini attivi. La Rete Eurodesk è presente in 36 Paesi europei.

Nella *home page* del sito italiano www.eurodesk.it è possibile, selezionando la voce *Tirocini in Europa*, avere informazioni sui principali programmi di stage offerti dalle istituzioni europee e internazionali; per accedervi è necessario registrarsi.

✈ **Eurodysée:** www.eurodyssee.eu

È un programma di scambio organizzato dall'Assemblea delle Regioni d'Europa ed è rivolto ai giovani fra i 18 e i 30 anni alla ricerca di uno stage in Europa. Sul sito sono presenti (in inglese, francese, spagnolo e portoghese) tutte le informazioni sul programma e le offerte di stage nei vari Paesi europei, a cui è possibile candidarsi online.

✈ **ESN – Erasmus Student Network:** <http://esn.org>

Nata in Belgio nel 1989 per iniziativa di un gruppo di ex studenti Erasmus, ESN è la più grande organizzazione studentesca europea. Il suo obiettivo è quello di rappresentare gli studenti a livello internazionale, in modo tale da fornire opportunità per l'interscambio culturale e aiuto reciproco in virtù del principio "*Students Helping Students*".

✈ **ErasmusIntern:** www.erasmusintern.org

Costola di ESN, il portale, solo in inglese, ha lo scopo di migliorare l'accessibilità e la qualità dei tirocini internazionali e di accrescere la consapevolezza nei giovani

sull'esistenza di tali opportunità. Da un lato le aziende e le organizzazioni possono pubblicare le loro offerte di stage e ricercare stagisti, dall'altro gli studenti e i giovani possono trovare uno stage all'estero o inserire il loro Curriculum così da poter essere contattati direttamente dalle aziende.

Alcuni siti italiani che informano sulle opportunità in Europa e nel resto del mondo

✈ **Europalavoro:** <http://europalavoro.lavoro.gov.it>

Nel sito, realizzato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche sociali in collaborazione con l'Unione europea e il Fondo Sociale Europeo, è possibile reperire informazioni sui Programmi italiani ed europei per l'istruzione, la formazione e l'orientamento.

✈ **Centro nazionale Euroguidance Italia:** www.isfol.it/euroguidance

Sul sito web sono reperibili informazioni sulla mobilità internazionale in genere ed è possibile scaricare gratuitamente, oltre a questo Manuale, le principali pubblicazioni del centro Euroguidance Italia, come ad esempio: la newsletter, la rivista Euroguidance News, le Guide "Vivere l'Europa", ecc.

✈ **Ministero degli Affari Esteri:** www.esteri.it/mae/it

Dall'home page del sito, seguendo il percorso *Ministero > Servizi > Opportunità di studio e lavoro per italiani > Organizzazioni Internazionali > Per i Giovani > I tirocini nelle Organizzazioni Internazionali*, è possibile accedere ad **un elenco di organizzazioni internazionali** che offrono opportunità di tirocinio (vedi anche Par. 2.5).

✈ **Scambieuropei:** www.scambieuropei.info

È un sito particolarmente aggiornato e ricco di annunci con diverse modalità di offerte selezionabili: lavoro, volontariato, scambi internazionali, stage, ecc. Per gli annunci di stage in Europa e nel resto del mondo (soprattutto nelle organizzazioni internazionali), si veda la pagina www.scambieuropei.info/category/partire/stage

✈ **Studenti.it:** www.studenti.it

Sul più popolare sito italiano dedicato al mondo degli studenti è disponibile un fitto elenco di stage, in Italia e all'estero, al link www.studenti.it/postlaurea/stage

✈ **Repubblica degli Stagisti:** www.repubblicadeglistagisti.it

Questa testata giornalistica online specializzata mette a disposizione un elenco di **aziende virtuose**, soprattutto multinazionali con sede in Italia, che offrono stage di qualità, pagati 500 euro al mese se extracurricolari e 250 euro mensili, se curriculari. Nella sezione *Annunci*, inoltre, si possono trovare interessanti offerte di tirocinio, da farsi anche in aziende segnalate con il "**Bollino OK Stage**", che dichiarano un tasso di inserimento al termine dell'esperienza di almeno il 30%.

✈ **Eurocultura – Mobilità internazionale:** www.eurocultura.it

Nel sito, sotto la voce *Partire* si apre un menu a tendina in cui, optando per *Stage all'estero* e andando alla successiva sezione *Colti al volo*, è possibile consultare interessanti annunci di stage.

✈ **Università degli studi di Padova:** www.unipd.it

Il portale dell'Università di Padova fornisce informazioni generali sugli stage (www.unipd.it/stage) sia in Italia che **all'estero**.

✈ **Università degli studi di Siena:** www.unisi.it

Il portale dell'Università di Siena ha la sezione *Placement Office & Career Service* dedicata sia ai tirocini in Italia che agli *stage all'estero*, offrendo anche una "*Bacheca delle opportunità all'estero*".

✈ **Soul (Sistema Orientamento Università Lavoro):** www.jobssoul.it

È un sistema di *placement online* pubblico e gratuito che associa 8 Università presenti nella Regione Lazio, all'interno del quale è possibile visionare sia annunci di tirocini in convenzione che proposte di stage, lavoro e apprendistato, soprattutto in Italia, ma anche all'estero.

✈ **Informagiovani Roma Capitale:** www.informagiovaniroma.it

Il portale della Rete Informagiovani di Roma Capitale offre la possibilità di navigare in 5 aree tematiche (studio e formazione, lavoro e impresa, esperienze all'estero, cultura e spettacolo, città e tempo libero) per ottenere informazioni ed aggiornamenti utili per la progettazione del proprio futuro. All'interno della sezione *Estero*, scegliendo dal menù *Opportunità*, si può andare alla pagina *Stage e tirocini*. In particolare lo sportello informativo specializzato sull'Europa (*punto locale Eurodesk*) in collaborazione con la *Biblioteca Europea*, organizza seminari informativi dedicati ai ragazzi che vogliono vivere un'esperienza all'estero, offre supporto e contatti con gli istituti culturali, le ambasciate, ecc.

✈ **Porta nuova Europa:** www.portanuovaeuropa.it

Porta Nuova Europa è un'associazione culturale *non profit* che promuove il senso di appartenenza all'Unione europea, il dialogo interculturale, con particolare attenzione alla partecipazione attiva e alla mobilità europea dei giovani. Sul sito è presente una sezione *stage all'estero* in cui è possibile trovare informazioni per fare uno stage in Europa ed offerte a cui è possibile candidarsi.

✈ **Informagiovani di Trieste:** www.retecivica.trieste.it/informagiovani

Il sito fornisce nella pagina web dedicata *Studio e lavoro all'estero* un dettagliato quadro sugli stage all'estero sia a livello di documentazione ed informazione generale sia attraverso annunci visionabili dall'icona *Offerte*. Il sito offre inoltre un ampio ventaglio di dati e informazioni anche grazie al lavoro svolto da stagisti – italiani e stranieri – che hanno effettuato il loro tirocinio proprio all'interno dell'Informagiovani del Comune di Trieste.

✈ **WEP (World Education Program):** www.wep-italia.org

È il sito italiano di un'organizzazione internazionale che opera nel settore dell'educazione dal 1988. La sua sede principale è a Bruxelles ed è presente anche in Italia con quattro uffici: a Milano, Roma, Torino e Oderzo (Tv). Oltre agli stage, promuove scambi culturali, educativi e linguistici in Irlanda, Francia, Belgio, Norvegia, Inghilterra, Spagna e in numerose altre destinazioni; i servizi sono a pagamento.

✈ **Casa per l'Europa:** www.casaxeuropa.org

Il sito, promosso da un'associazione *non profit* di Gemona (Udine), offre annunci di stage ed utili informazioni sulle opportunità all'estero per i giovani.

Alcuni siti internazionali che offrono opportunità di internship

✈ Praxis: www.praxisnetwork.eu

Praxis è un *network* europeo per i tirocini creato e gestito dalla rete Praxis, un consorzio di istituti di istruzione, aziende, associazioni, camere di commercio, con l'impegno di migliorare e promuovere l'esperienza dei tirocini in diversi campi e in maniera trasversale sia per gli studenti che per le aziende.

✈ Placement UK: www.placement-uk.com

Internship UK: <http://internship-uk.com>

Sono due indirizzi utili per cercare tirocini nel Regno Unito (nel primo caso retribuiti, nel secondo caso gratuiti), destinati a studenti Ue che devono fare uno stage all'interno del loro percorso di studi o a neolaureati Ue che hanno bisogno di arricchire il proprio CV con un'esperienza di lavoro o di *internship*. Il secondo sito ha le pagine in diverse lingue, fra cui l'italiano.

✈ Capcampus: www.capcampus.com

È il più importante portale degli studenti francesi (diplomati e neolaureati) ed offre una miriade di **opportunità di stage in Francia**, ma anche indicazioni per effettuare stage in altri Paesi.

✈ IES Consulting: www.ies-consulting.es

IES Consulting è una società spagnola di consulenza in risorse umane che si occupa della gestione di processi di selezione per posizioni di stage, ponendosi come intermediario tra aziende, studenti e neolaureati e centri educativi a livello europeo. Offre un'ampia gamma di stage non solo in Spagna, ma anche in Francia, Germania, Grecia e Regno Unito.

✈ iTraineeship: www.itraineeship.com

Il portale, inserito in una rete collegata alle più prestigiose università, *business school* e alle più importanti associazioni studentesche, punta a creare "l'incontro perfetto" fra laureati provenienti da tutto il mondo e grandi aziende multinazionali, fornendo agli aspiranti manager un'esperienza pratica realmente internazionale.

✈ iAgora: www.iagora.com

Il portale offre una **rassegna di annunci di tirocini all'estero**; il servizio è gratuito per alcune offerte mentre altre sono a pagamento (si può visionare l'annuncio ma non è indicata l'azienda). Lo stagista generalmente viene messo in contatto diretto con l'azienda.

✈ Globalplacement: www.globalplacement.com e www.europlacement.com

Il portale è specializzato nella ricerca e nel reclutamento di giovani interessati a fare uno stage all'estero, in Europa e nel resto del mondo. Per accedere alla scheda completa di ciascuna offerta di stage e per potersi successivamente candidare è necessario iscriversi e pagare una quota.

✈ Student Job: www.studentenwerk.nl – www.stage.nl

Sono siti dei Paesi Bassi, specializzati in offerte di lavoro e stage per gli studenti, i neo laureati e i neo diplomati in Olanda, per i quali l'iscrizione è gratuita, mentre le aziende devono pagare per l'accesso ai CV. Filiali dell'agenzia di *studentenwerk* sono nate in Belgio (www.studentjob.be), Germania (www.studentjob.de), Francia (www.studentjob.fr), Austria (www.studentjob.at), Spagna (www.studentjob.es) e Regno Unito (www.studentjob.co.uk), ciascuna con un proprio sito dedicato nella lingua veicolare del Paese.

✈ **Graduateland:** <http://graduateland.com>

Il sito, in inglese, è stato creato da un gruppo di giovani danesi intraprendenti per mettere in contatto studenti e laureati soprattutto danesi, ma non solo, con grandi aziende internazionali che cercano i collaboratori giusti sia per un lavoro che per uno stage.

✈ **Go.abroad:** www.goabroad.com/intern-abroad

✈ **Global experiences:** www.globalexperiences.com

✈ **Study abroad:** <http://intern.studyabroad.com>

✈ **Dream Careers – Global Internship programs:** www.summerinternships.com

Una piccola selezione dei più noti siti statunitensi dedicati alle opportunità di studio e di *internship* oltreoceano, in Europa e nel resto del mondo, soprattutto per gli studenti che hanno bisogno di accumulare crediti: la maggior parte dei servizi offerti sono a pagamento. È possibile selezionare il Paese in cui si vorrebbe svolgere uno stage e l'ambito professionale d'interesse. Fra coloro che vi hanno partecipato vi sono anche testimonianze di ex studenti iscritti ad università europee, soprattutto anglosassoni.

2.5 Gli stage nelle organizzazioni internazionali

Molte organizzazioni internazionali offrono la possibilità di effettuare un periodo di tirocinio, in genere di pochi mesi, all'interno delle proprie strutture. In questo paragrafo presentiamo una rassegna delle principali organizzazioni che offrono opportunità di stage per i giovani cittadini europei. Generalmente, requisito essenziale è la conoscenza della lingua inglese o francese (e preferibilmente anche di una seconda lingua straniera).

Il numero dei candidati ammessi e la durata del tirocinio variano da istituzione ad istituzione. Gli interessati possono indirizzare la loro candidatura direttamente all'ente prescelto, inviando un Curriculum Vitae e/o il modulo di candidatura disponibile online nei siti internet delle rispettive organizzazioni.

Ecco una rassegna di alcune organizzazioni dove poter trovare opportunità di stage.

Istituzioni e organi dell'Unione europea

Parlamento europeo – Lussemburgo – www.europarl.europa.eu

Il Parlamento offre diverse tipologie di tirocini:

■ Tirocini per titolari di diplomi universitari (cosiddetti “tirocini Robert Schuman”)

I tirocini per titolari di diplomi universitari hanno l'obiettivo di consentire ai tirocinanti di familiarizzarsi con l'attività dell'Unione europea e, in particolare, del Parlamento europeo. La durata di questo tipo di tirocini è di 5 mesi non prorogabili.

Questi tirocini prevedono: ■ un'opzione generale, aperta a tutti i candidati che soddisfano le condizioni di ammissione ■ un'opzione giornalismo: i candidati devono avere un'esperienza professionale comprovata da pubblicazioni, dall'iscrizione all'Ordine dei giornalisti di uno Stato membro dell'Unione europea o dal completamento di una formazione giornalistica riconosciuta negli Stati membri dell'Unione europea o negli Stati candidati all'adesione ■ un'opzione “Premio Sacharov”: questo programma è inteso ad approfondire la conoscenza dell'azione del Parlamento europeo a favore dei diritti umani e delle norme internazionali in materia ed è rivolto ai candidati che presentano uno spiccato interesse per le questioni relative ai diritti umani.

■ Tirocini di formazione

Il Parlamento europeo offre la possibilità di effettuare tirocini di formazione ai candidati che siano già titolari, prima della data limite di inoltro della candidatura, di un diploma conclusivo degli studi secondari, corrispondente al livello di accesso all'università o che abbiano compiuto studi superiori o tecnici di pari livello. I tirocini di formazione sono riservati in via prioritaria ai candidati che devono effettuare un tirocinio nel quadro del loro piano di studi, purché abbiano compiuto 18 anni. La durata va da 1 a 4 mesi, con una possibilità di deroga.

■ Tirocini di traduzione per titolari di diplomi universitari

I tirocini sono riservati ai titolari di diplomi rilasciati da università o istituti equivalenti. Essi hanno l'obiettivo di completare le conoscenze acquisite nel corso degli studi e di familiarizzarsi con l'attività dell'Unione europea ed in particolare del Parlamento europeo. La durata dei tirocini di traduzione per titolari di diplomi universitari è di 3 mesi, ma eccezionalmente possono essere prorogati.

■ Tirocini di formazione alla traduzione

Il Parlamento europeo offre la possibilità di effettuare tirocini di formazione alla traduzione ai candidati che siano già titolari, prima della data limite di presentazione della candidatura, di un diploma conclusivo degli studi secondari corrispondente al livello di accesso all'università o che abbiano compiuto studi superiori o tecnici di pari livello. I tirocini di formazione alla traduzione sono riservati in particolare ai candidati che devono effettuare un tirocinio nel quadro del loro piano di studi, purché abbiano compiuto 18 anni. La durata va da 1 a 3 mesi, ma possono essere prorogati, in via del tutto eccezionale.

Tutte le [informazioni sui tirocini offerti dal Parlamento](#) sono disponibili sul sito www.europarl.europa.eu, seguendo la *directory*: *il Parlamento e il cittadino* > *Lavorare al Parlamento* > *Tirocini*.

Dal sito del Parlamento è inoltre possibile scaricare il documento “[Norme interne relative ai tirocini e alle visite di studio presso il Segretariato generale del Parlamento europeo](#)”.

✈ [Consiglio dell'Unione europea – Bruxelles – \[www.consilium.europa.eu\]\(http://www.consilium.europa.eu\)](#)

Il Segretariato generale del Consiglio dell'Unione europea offre diverse tipologie di tirocini: ■ per laureati, della durata di 5 mesi, retribuiti ■ per studenti che devono svolgere un tirocinio nell'ambito del loro percorso universitario, della durata di 1-5 mesi, non retribuiti ■ per funzionari nazionali dei Ministeri, delle Agenzie governative, ecc.

Tutte le informazioni sui tirocini offerti dal Consiglio dell'Ue sono disponibili sul sito alla voce [Tirocini](#) (nel menu *Segretariato generale del Consiglio* in fondo alla *home page*).

✈ [Commissione europea – Bruxelles e Lussemburgo – \[www.ec.europa.eu\]\(http://www.ec.europa.eu\)](#)

La Commissione europea organizza ogni anno due sessioni di stage destinati ai giovani laureati in cerca di un periodo di formazione presso le proprie sedi europee. La durata va da un minimo di 3 a un massimo di 5 mesi ed è prevista l'erogazione di una borsa mensile, il cui importo viene fissato annualmente in funzione delle disponibilità di bilancio.

Tutte le informazioni sui tirocini offerti dalla Commissione europea sono presenti sul sito dedicato <http://ec.europa.eu/stages>.

✈ [Corte di Giustizia dell'Unione europea – Lussemburgo – <http://curia.europa.eu>](#)

La Corte di Giustizia dell'Ue organizza ogni anno due sessioni di stage retribuiti della durata massima di 5 mesi. I tirocini si svolgono principalmente presso la Direzione della ricerca e documentazione, il Servizio stampa e informazione, la Direzione generale della traduzione e la Direzione dell'interpretazione.

Per ragioni di servizio, è richiesta una buona conoscenza della lingua francese.

Sul sito della Corte, alla voce [Tirocini](#), nel box *Informazioni pratiche* in *home page*, si possono trovare tutte le informazioni sugli stage offerti e il modulo di candidatura.

✈ [Corte dei Conti europea – Lussemburgo – \[www.ecca.europa.eu\]\(http://www.ecca.europa.eu\)](#)

La Corte dei Conti europea organizza stage, retribuiti e non, di una durata massima di 5 mesi.

Sul sito della Corte dei Conti europea, alla voce *Tirocini* nella Sezione *Lavorare con/per la Corte* in *home page*, sono disponibili tutte le informazioni sui tirocini offerti.

✈ **Banca Centrale Europea (BCE) – Francoforte – www.ecb.int**

La Banca Centrale Europea organizza stage retribuiti di 3-6 mesi, prorogabili fino ad un massimo di 12. Per ragioni di servizio, è richiesta una buona conoscenza della lingua inglese e di una seconda lingua europea.

Tutte le informazioni sui tirocini offerti dalla Banca Centrale Europea sono disponibili sul sito seguendo il percorso: *Careers > Traineeships*.

✈ **Banca Europea per gli Investimenti (BEI) – Lussemburgo – www.eib.europa.eu**

La Banca Europea per gli Investimenti offre stage retribuiti a laureati con meno di un anno di esperienza professionale. La durata in media va da 1 a 5 mesi.

Tutte le informazioni sui tirocini offerti sono disponibili sul sito seguendo la *directory*: *Careers > Traineeships* (nel box *Publications*).

✈ **Comitato economico e sociale europeo – Bruxelles – www.eesc.europa.eu**

Il Comitato economico e sociale europeo organizza, due volte l'anno, programmi di tirocinio, sia per laureati, della durata di 5 mesi e retribuiti, che per studenti universitari, della durata di 1-3 mesi e non retribuiti.

Tutte le informazioni sui tirocini offerti dal Comitato economico e sociale europeo sono disponibili sul sito alla voce *Tirocini professionali* all'interno del box *Link diretti* in *home page*.

✈ **Comitato delle Regioni – Bruxelles – www.cor.europa.eu**

Il Comitato delle Regioni offre a giovani laureati stage retribuiti della durata di 5 mesi.

Tutte le informazioni sui tirocini offerti dal Comitato delle Regioni sono disponibili sul sito seguendo il percorso: *A proposito del CdR > Organizzazione > Tirocini*.

✈ **Mediatore europeo – Strasburgo e Bruxelles – www.ombudsman.europa.eu**

Il Mediatore europeo offre, due volte l'anno, tirocini retribuiti rivolti principalmente a laureati in Legge, della durata di 4-12 mesi.

Tutte le informazioni sui tirocini promossi dal Mediatore europeo sono disponibili sul sito seguendo la *directory*: *Al vostro servizio > Assunzioni/Periodo di pratica*.

Agenzie dell'Unione europea

- ✈ **CEDEFOP – Centre Européen pour le Développement de la Formation Professionnelle – Salonico** – www.cedefop.europa.eu

Il Cedefop organizza stage retribuiti per laureati e dottorandi. Lo stage dura generalmente 9 mesi. Sul sito del Cedefop è possibile trovare tutte le informazioni sugli stage offerti seguendo la *directory: About Cedefop > Recruitment > Traineeships*.

- ✈ **EMA – European Medicines Agency – Londra** – www.ema.europa.eu

L'Ema organizza stage retribuiti per laureati. La durata va dai 6 ai 9 mesi. Sul sito dell'Ema sono disponibili tutte le informazioni sui programmi di stage organizzati dall'agenzia seguendo la *directory: About us > Careers > Trainee Programme*.

- ✈ **Centro di traduzione degli organismi dell'Unione europea – Lussemburgo**
<http://cdt.europa.eu>

Il Centro di traduzione degli organismi dell'Ue offre stage retribuiti destinati soprattutto a studenti universitari. La durata varia dai 3 ai 6 mesi.

Sul sito del Centro di traduzione si possono trovare tutte le informazioni sui tirocini offerti seguendo la *directory: Lavoro > Tirocinio*.

Organizzazioni e agenzie delle Nazioni Unite in Europa

- ✈ **Ufficio delle Nazioni Unite a Vienna** – www.unvienna.org

L'Ufficio delle Nazioni Unite offre stage non retribuiti principalmente a dottorandi, allievi di master e laureandi (laurea quinquennale). La durata va dai 2 ai 6 mesi. Collegandosi al sito, dalla pagina *Job openings* in *home page*, si può accedere a **tutte le informazioni sul programma di stage** dell'Ufficio di Vienna delle Nazioni Unite.

- ✈ **Organizzazione delle Nazioni Unite per l'Educazione, la Scienza e la Cultura – Parigi** – www.unesco.org

L'Unesco organizza stage non retribuiti di durata variabile da 1 a 4 mesi. Sul sito si possono trovare tutte le informazioni sugli stage offerti (obiettivi dello stage, requisiti richiesti, modalità di candidatura, ecc.) seguendo la *directory: Join us > Careers > Intern*.

- ✈ **Alto Commissariato delle Nazioni Unite per i Rifugiati – Vienna** – www.unhcr.at

L'Alto Commissariato delle Nazioni Unite per i Rifugiati organizza stage non retribuiti della durata minima di 3 mesi. **Tutte le informazioni sul programma di stage** dell'UNHCR (caratteristiche dello stage, modulo di candidatura, ecc.) sono reperibili in *home page* nella versione inglese del sito (www.unhcr.at/english.html).

- ✈ **Alto Commissariato per i Diritti Umani delle Nazioni Unite – Ginevra – www.ohchr.org**
L'Alto Commissariato per i Diritti Umani organizza ogni anno due sessioni di stage. I tirocini non sono retribuiti e durano dai 2 ai 6 mesi. Sul sito si possono trovare tutte le informazioni sui requisiti richiesti e le condizioni del tirocinio seguendo la *directory: About Us > Work and study opportunities > Internship Programme* (dal menù *UN and other vacancies* sul lato destro della pagina). Nella stessa pagina è disponibile anche il *form* di candidatura.

- ✈ **Commissione delle Nazioni Unite per il Diritto Commerciale Internazionale – Vienna – www.uncitral.org**
La Commissione delle Nazioni Unite per il Diritto Commerciale Internazionale organizza stage di 2-4 mesi; eccezionalmente, lo stage può durare anche 6 mesi. Sul sito si possono trovare tutte le informazioni sugli stage offerti (obiettivi del tirocinio, requisiti richiesti, ecc.) seguendo la *directory: About UNCITRAL > Vacancies and Internships*.

- ✈ **Conferenza delle Nazioni Unite per il Commercio e lo Sviluppo – Ginevra – <http://unctad.org>**
La Conferenza delle Nazioni Unite per il Commercio e lo Sviluppo organizza stage non retribuiti per studenti universitari. Sul sito si possono trovare tutte le informazioni sui programmi di tirocinio seguendo la *directory: Career Opportunities* (in fondo all'*home page*) > *Internships* (dal menu *Career Opportunities* sul lato destro della pagina).

- ✈ **Organizzazione delle Nazioni Unite per lo Sviluppo industriale – Vienna – www.unido.org**
L'Organizzazione delle Nazioni Unite per lo Sviluppo industriale organizza stage non retribuiti di 3-6 mesi prorogabili fino a un massimo di 9 mesi. Tutte le informazioni sui programmi di stage sono reperibili sul sito seguendo la *directory: Employment* (in fondo all'*home page*) > *Internship*.

- ✈ **Organizzazione Internazionale del Lavoro (OIL) – Ginevra – www.ilo.org**
L'Organizzazione Internazionale del Lavoro organizza stage della durata di 3-6 mesi. Se l'ente promotore (università o altra istituzione) non riconosce al tirocinante alcuna retribuzione, l'Organizzazione provvederà a corrispondere un'indennità per coprire le spese di base. Gli stage non si svolgono solo a Ginevra, ma anche presso gli uffici presenti in altri Paesi europei ed extraeuropei. Tutte le informazioni sui programmi di stage sono reperibili sul sito seguendo la *directory: About the ILO > Employment opportunities > Internships*.

- ✈ **Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) – Ginevra – www.who.int**
L'Organizzazione Mondiale della Sanità organizza tirocini non retribuiti che hanno una durata compresa tra le 6 e le 12 settimane. Eccezionalmente, lo stage può durare anche 24 settimane. Tutte le informazioni sui programmi di stage sono disponibili sul sito seguendo la *directory: About Who > Employment* (nella sezione *Who we are*) > *WHO Internship Programme*.

✈ **Organizzazione Mondiale del Turismo (OMT) – Madrid – www2.unwto.org**

L'Organizzazione Mondiale del Turismo organizza stage non retribuiti per laureati o studenti di corsi di specializzazione post-laurea. Tutte le informazioni sui programmi di stage sono disponibili sul sito seguendo la *directory: About > Employment and internships > Internships* (dal menu *About UNWTO* sul lato destro della pagina).

Altre organizzazioni intergovernative

Tra le organizzazioni intergovernative non appartenenti né all'Ue né alle Nazioni Unite, segnaliamo la NATO, che dal 2004 promuove annualmente un programma di stage:

✈ **NATO – North Atlantic Treaty Organization – Bruxelles – www.nato.int**

La Nato organizza stage retribuiti di 6 mesi. Sul sito si possono trovare, sia in inglese che in francese, tutte le informazioni sul programma di stage seguendo la *directory: Organization > Careers at NATO > NATO IS/IMS Internship Programme* (nella sezione *Link* sul lato destro della pagina).

Organizzazioni non governative

Molte organizzazioni non governative (ONG), impegnate perlopiù nei settori della cooperazione internazionale, della difesa dei diritti umani o dell'ambiente, offrono opportunità di stage ai giovani cittadini europei. Di seguito riportiamo i riferimenti di tre ONG internazionali che organizzano programmi di stage. Un ricco database di organizzazioni non governative è consultabile al link www.unodc.org/ngo.

✈ **Osservatorio Internazionale sulla Giustizia Minorile – Bruxelles e Salamanca – www.oijj.org**

L'Osservatorio Internazionale sulla Giustizia Minorile organizza stage di 3-6 mesi presso le sedi di Bruxelles e Salamanca. Sul sito si possono trovare le opportunità di stage offerte dall'Osservatorio seguendo la *directory: Get involved > Job and internship database*.

✈ **Organizzazione delle Nazioni e dei Popoli non Rappresentati – L'Aia e Bruxelles – www.unpo.org**

L'Organizzazione delle Nazioni e dei Popoli non Rappresentati organizza stage non retribuiti a L'Aia e Bruxelles. Tutte le informazioni sulle opportunità di stage sono reperibili sul sito seguendo la *directory: About > Get involved*.

✈ **Gruppo Internazionale Anticrisi – Bruxelles – www.crisisgroup.org**

Il Gruppo Internazionale Anticrisi organizza stage non retribuiti della durata di 3-6 mesi. Tutte le informazioni sugli stage offerti sono reperibili sul sito seguendo la *directory: About Crisis Group > Employment > Internship and Volunteer Opportunities*.

2.6 L'autocandidatura

Trovare uno stage in Europa non è così semplice. Certo, le offerte sono tante, ma i candidati sono tantissimi, provenienti da ogni Paese, ed un'esperienza di questo tipo fa gola a molti. È per questo che devi cercare di costruire al meglio la tua candidatura e di renderti interessante agli occhi dell'azienda, o dell'ente, a cui intendi proporti. Un modo per dare risalto ai tuoi interessi e ai tuoi obiettivi, o comunque per cercare di ottenere uno stage (se non si è riusciti attraverso Erasmus+ o rispondendo agli annunci *ad hoc*) può essere quello di candidarsi spontaneamente per un'esperienza di stage, la cosiddetta autocandidatura o candidatura libera. In questo caso, ovviamente, devi avere le idee molto chiare: non solo perché devi cercare di fare breccia nel cuore dell'azienda (come nel caso della risposta ad un annuncio che gli arriverà insieme a decine di altri), ma perché li devi incuriosire e **convincerli a proporti un *internship***.

L'autocandidatura consiste proprio nell'auto-proporti, inviando ad una o più aziende selezionate la tua "offerta". Nella ricerca autonoma un buon punto di partenza è individuare e contattare l'azienda o il gruppo di aziende appartenenti ad un determinato settore economico nel quale ti piacerebbe svolgere un tirocinio. Per esempio è ciò che ha fatto – con ottimi risultati – una delle tirocinanti che abbiamo intervistato (Martina, Par. 3.2.2). Oppure potresti scrivere ad aziende che ti interessano e di cui hai letto annunci di stage, anche se ormai scaduti o fatti per posizioni diverse dal tuo settore: tentar non nuoce, sono sicuramente aziende che utilizzano il tirocinio e sanno di che cosa parli! Insomma, seleziona con accuratezza le aziende che vorresti contattare nel Paese individuato (vedi Schede Paese nel IV Capitolo), del quale conosci la lingua ad un buon livello, **personalizza il più possibile la tua candidatura** e fai apparire con evidenza il tuo interesse non generico ("voglio fare uno stage purchessia"), ma specifico ("voglio fare uno stage proprio con voi!"). Il tuo CV, la tua lettera di presentazione, la tua stessa persona li devono interessare e convincere che sarebbe utile, per l'azienda, una tua collaborazione con loro.

Se decidi di candidarti autonomamente dovrai inviare all'azienda il tuo Curriculum Vitae accompagnato da una ineccepibile lettera di presentazione (vedi Par. 1.3.1) che enfatizzi, in primo luogo, le tue **motivazioni**. In questo caso i diplomi e gli attestati conseguiti, nonché le eventuali lettere di referenze tradotte, li dovrai presentare in un secondo momento, solo se richiedi. Ricorda: non stai rispondendo ad un annuncio, quindi è inutile inondare l'azienda di documentazione, attestati o referenze: una lettera di presentazione ben redatta può andare dritto allo scopo, suscitando la curiosità e l'interesse del selezionatore. Nella lettera, in caso di candidatura spontanea, alla voce "oggetto" puoi scrivere semplicemente "Autocandidatura per stage", magari specificando l'area o la posizione per cui ti vorresti candidare (ad es. "Autocandidatura per stage nell'area marketing" oppure "Autocandidatura per stage come addetto al *front office*", ecc.). All'interno della sezione *Careers* delle grandi aziende è spesso prevista la possibilità di inserire la propria autocandidatura.

Va da sé che anche nel caso della candidatura spontanea (come del resto per la risposta ad un'offerta di stage) è sicuramente consigliabile raccogliere il maggior numero di informazioni possibili sulle aziende che ti interessano prima di inviare qualsiasi tipo di proposta. Quali sono le loro sedi? Qual è la lingua di comunicazione in questa multinazionale? Come è strutturata? Utilizzano tirocinanti nell'ambito di mio interesse? Solo dopo esserti ben informato potrai realizzare un CV realmente "mirato" a quell'azienda e mandare una lettera di presentazione il più possibile "adattata" alla tipologia o al settore dell'azienda scelta. Essendo un'autocandidatura, quindi una tua proposta, l'ideale è contattare un'azienda collegata al tuo stesso ambito di studi: è evidente che una buona corrispondenza fra il settore aziendale e gli studi fatti o in corso, è il primo elemento da tenere bene in mente. Laddove i tuoi studi non ti supportino in questo, dovrai cercare di "personalizzare" il più possibile la presentazione e motivare adeguatamente le scelte. L'azienda non deve pensare che stai inviando un'autocandidatura standard ad una lista di aziende scaricate da internet!

Infine, con una semplice mail o con una telefonata chiedi il nominativo e la mail del referente delle Risorse umane che si occupa del settore tirocini a cui inviare il Curriculum. Facendo così è più facile che la tua autocandidatura arrivi nelle mani giuste e, qualora tu non ricevessi alcun tipo di riscontro, potrai ricontattarli successivamente, almeno per sapere se la tua candidatura è stata ricevuta. Dimostrerai ancora una volta il tuo interesse per quell'azienda ed il tuo spirito d'iniziativa.

Box 2. Lo stage nel resto del mondo

Nel resto del mondo è possibile fare uno stage sia durante che al termine dei propri studi, soprattutto universitari: in questi Paesi è richiesto un **visto d'ingresso**, specifico per i tirocinanti, che hanno una serie di vincoli di cui tener conto.

✈ Negli **Stati Uniti** è possibile fare un *internship* come studente universitario oppure entro i 12 mesi dalla laurea solo dopo aver ottenuto un **visto J1** ed aver scelto uno sponsor fra le agenzie ufficialmente approvate dall'Amministrazione statunitense, presenti nell'elenco consultabile sul sito <http://j1visa.state.gov>. Ciascuno sponsor prevede una serie di costi per i servizi offerti che si aggirano fra i 1.100 e i 2.500 euro per un tirocinio della durata media di 6 mesi. Molti Paesi europei hanno il loro sponsor di riferimento: quello italiano è rappresentato dalla **Camera di Commercio italo americana**, con sede a New York, che fa da tramite solo per *internships* pagati non meno del **salario minimo in vigore negli USA**, corrispondente a \$7,25 l'ora (\$4.25 per chi ha meno di 20 anni e svolge un *internship* di 3 mesi). Un altro sponsor da consultare con costi parzialmente inferiori potrebbe essere **Intrax – Global Internships**, il quale propone anche tirocini non pagati.

✈ In **Canada** è possibile fare un *internship* sia per gli studenti che per le persone senza esperienza di lavoro: tutte le informazioni sono disponibili sulla pagina web **"Services for youth"** del portale del Governo canadese www.cic.gc.ca. I giovani italiani fra i 18 e i 35 anni che vogliono avere un'esperienza di "vacanza lavoro" (*working holiday*) in Canada di non più di 6 mesi, distribuita nell'arco di un periodo massimo annualmente stabilito dal Governo (di solito non superiore ai 12 mesi), si devono collegare alla pagina web **"International Experience Canada – IEC"**. Al suo interno sono raccolte tutte le **disposizioni in vigore** (variabili da un anno all'altro) con i relativi costi per registrarsi e candidarsi online e le modalità per preparare i documenti elencati nella **Guida elettronica dedicata**. Come negli USA, vi è una lista di **sponsor accreditati** ai quali fare riferimento per tutte le pratiche da svolgere. A titolo di esempio si visiti anche il sito dell'organizzazione privata **Latitude International Education** che propone *internships* in Canada per studenti universitari, laureati e giovani professionisti provenienti da **diversi Paesi europei, fra cui l'Italia**, offrendo a pagamento i propri servizi di tutoraggio, ricerca e selezione del miglior tirocinio in linea con il profilo del candidato.

✈ In **Australia** è possibile fare un *internship* per studenti universitari e laureati fra i 18 e i 30 anni appoggiandosi ad organizzazioni private che, oltre a pubblicare sui propri siti le offerte di stage, in alcuni casi propongono a pagamento una serie di servizi, fra cui le pratiche per il visto, alloggi convenzionati, l'**assicurazione obbligatoria**, ecc.: ■ <http://internships.com.au> ■ <http://au.gradconnection.com> ■ <http://studentinternships.com.au> (se si sta studiando in un'università australiana). È spesso necessario registrarsi per candidarsi alle diverse opportunità.

- ✈ Per fare un tirocinio in **Cina** ci si può rivolgere a diverse organizzazioni sia italiane (*Four-stars*) che europee (*CRCC Asia*), cinesi (*Hutong school*) o statunitensi (*Worldinternship*). Queste organizzazioni combinano nella maggior parte dei casi lo studio della lingua cinese con uno stage dai 3 ai 6 mesi pagato e non, in aziende sia occidentali che cinesi e applicano tariffe che oscillano fra i 1.100 e i 2.100 euro al mese, a seconda della durata e dei servizi richiesti, che possono includere le spese per il visto, l'alloggio, il tutor, i trasporti e le visite turistiche. È indispensabile conoscere la lingua inglese. Alcune università, come ad esempio *Ca' Foscari di Venezia*, hanno programmi specifici a costi inferiori, basati su convenzioni con grandi aziende italiane e internazionali localizzate in Cina e in altri Paesi asiatici e con alcune delle Camere di Commercio italiane con sedi in Asia.
- ✈ In **India** è possibile fare un *internship* anche in modalità virtuale (*virtual internship*) soprattutto per chi sta frequentando l'università, attraverso il sito www.letsintern.com, fondato da ex studenti, che enfatizzano l'importanza di fare un'esperienza professionale durante i propri studi. Il sito vanta una fitta rete di *partners* fra i più importanti portali per la ricerca di lavoro ed è collegato con più di 11.000 aziende, che utilizzano i suoi servizi per trovare lo stagista ideale.
- ✈ In **Brasile** è possibile fare uno stage pagato dai 200 ai 400 euro al mese circa, attraverso varie organizzazioni sia portoghesi che brasiliane, se si è all'ultimo anno dell'università o di un istituto tecnico superiore. Le organizzazioni ospitanti sono molto spesso grandi aziende multinazionali (come *Unilever*, *Vale*, *Volvo*, ecc.). È necessario conoscere il portoghese ed ottenere il visto d'ingresso con un certo anticipo. Per la *legislazione brasiliana* sugli stage si consulti il sito www.estagiobrasil.com.

A stylized map of Europe in a light blue color, overlaid on a darker blue background. The map features dashed white lines representing flight paths and several white airplane icons in flight. The number '3' is prominently displayed in white, large font, positioned over the central part of the map.

3

**I PROTAGONISTI
DELLO STAGE**

A solid white horizontal bar located at the bottom of the page, spanning most of the width.

3.1 Cosa vogliono le aziende

Per la maggior parte delle grandi aziende, sia italiane che estere, il tirocinio è considerato un ottimo strumento per entrare in contatto con giovani che possono portare in dote idee innovative, proposte di cambiamento, oltre a una ventata di “passione” e “motivazione”. È questo soprattutto quello che viene chiesto dai grandi gruppi internazionali agli stagisti che affollano quotidianamente gli spazi virtuali *Careers* e *Lavora con noi*, oggi luoghi più o meno attrezzati dalle *Companies* con progetti, programmi e iniziative che promuovono l'avvio di tirocini, stage, master con *project work*, borse di studio con stage estivi e via dicendo.

Fra le regole non scritte della competizione permanente che spinge le multinazionali ad eccellere per migliorare la propria posizione sui mercati internazionali, vi è quella di “guadagnare punti” anche attraverso la cura di tutti gli aspetti legati al sociale, la cosiddetta *Corporate Social Responsibility* che ha fra le sue principali ricadute una maggiore attenzione alle Risorse Umane, considerate “valore” da far crescere insieme al capitale.

Per questo gli stage gestiti dalle grandi *Corporation* sono tradizionalmente molto curati, con progetti formativi ben strutturati e un rimborso spese o dei *benefit*, a seconda del Paese in cui viene organizzato lo stage.

Vale la pena dunque iniziare la propria carriera “europea” con un tirocinio in un grande Gruppo.

Ma cosa vogliono soprattutto le *Big Companies* dai propri tirocinanti? La parola chiave per eccellenza che compare molto spesso nelle presentazioni online dei diversi programmi di stage offerti dalle multinazionali è “motivazione”.

Sono inoltre assai apprezzate la proattività e la capacità di lavorare in gruppo in contesti multiculturali, mettendo a disposizione le proprie idee con un pizzico di umiltà, sapendo fare domande, senza temere il confronto, dimostrandosi dinamici, flessibili e curiosi, pronti ad affrontare le sfide con spirito di iniziativa, ma anche di sacrificio.

In due parole, le competenze trasversali, le cosiddette “*soft skills*” (vedi Par. 1.4), se esibite nelle fasi del contatto iniziale e poi rafforzate durante tutto il percorso di stage, costituiscono i valori più ricercati dalle aziende.

Accanto ad un percorso scolastico e formativo regolare e ad un titolo di studio coerente con l'offerta di stage proposta, un posto importante nella scala delle esperienze considerate con più attenzione durante la selezione, lo detengono le attività così dette extra scolastiche: volontariato, attività sportive, associazionismo, ecc.

Anche la capacità di adattarsi a nuovi contesti e la disponibilità alla mobilità nazionale e internazionale sono fondamentali.

La più che buona conoscenza dell'inglese (meglio se supportata da una discreta conoscenza della lingua del Paese di destinazione, se diversa dall'inglese) è infine un pre-requisito senza il quale non vale la pena candidarsi per uno stage in questo tipo di aziende.

Oggi vi è la tendenza a preferire le giovani leve (studenti universitari o, presso alcuni grandi gruppi, anche gli studenti degli ultimi anni della scuola secondaria), piuttosto che ragazzi già diplomati o laureati, anche se questi ultimi sono sempre ricercati nelle aree dove si richiedono competenze tecnico-scientifiche elevate. L'*optimum* è palesemente rappresentato dalla giovane età, abbinata ad un profilo "skillato".

Cosa invece si deve evitare sia durante il primo contatto con l'azienda che mentre si sta svolgendo lo stage?

Essere poco comunicativi e non disponibili a lavorare in *team*, nonché mancare di rispetto a colleghi o superiori, arrivare in ritardo e non impegnarsi a seguire i tempi di lavoro.

Cosa si deve puntare a migliorare: la conoscenza del linguaggio aziendale, del funzionamento e delle dinamiche che caratterizzano le grandi aziende inserite in mercati e contesti complessi.

I nostri *testimonial* nella IV edizione del Manuale sono: ■ il Gruppo Marzotto, specializzato nella produzione di tessuti di alta qualità ■ il Gruppo Nestlé in Italia, una delle più importanti aziende del settore alimentare nel nostro Paese ■ Telecom Italia, il più grande Gruppo italiano dei servizi di telecomunicazione ■ Unicredit, una delle più grandi istituzioni finanziarie europee.

3.1.1 Gruppo Marzotto



Il Gruppo Marzotto (www.marzottogroup.it), azienda europea con “cuore e cervello italiano”, da 175 anni coniuga tradizione e innovazione continua, producendo tessuti e filati di alta qualità (lana, lino, seta, velluto). Il Gruppo ha più di 3.800 dipendenti, 11 stabilimenti in Italia e una presenza internazionale importante sia dal punto di vista produttivo che commerciale non solo in Europa ma anche nel Nord Africa, negli USA e in Cina.

La Marzotto ha cominciato ad inserire tirocinanti dal 2010, perché considera il tirocinio un'ottima opportunità per entrare in contatto con giovani che possono portare in azienda un bagaglio teorico importante, proponendo suggerimenti di innovazione, sviluppo e cambiamento. Allo stesso tempo, per i giovani, lo stage è l'occasione per iniziare a mettere in pratica le competenze tecniche e trasversali (*soft skills*), necessarie per affrontare il mondo del lavoro.

Ogni anno vengono inseriti mediamente 60/70 stagisti nelle diverse aree del Gruppo, per non meno di 6 mesi. In questo modo essi hanno l'opportunità di ambientarsi e di cominciare a lavorare autonomamente, assumendo anche piccole responsabilità utili alla formazione. Il rimborso spese varia dai 400 ai 600 euro a seconda dei progetti e della scolarità dei giovani. Inoltre, l'azienda offre gratuitamente l'utilizzo della mensa e, solo in alcuni casi, mette a disposizione un alloggio.

Gli stage vengono svolti sia nelle diverse funzioni di staff (*Finance, IT, HR, Purchasing*, ecc.) sia nelle aree *Operation* (produzione e progettazione impianti, logistica, ecc.), Commerciale e Sviluppo Prodotto, dove viene richiesta la realizzazione di *project work*, valutati dal tutor al termine dell'esperienza.

I principali canali di reclutamento degli stagisti sono le Scuole, le Università, i Master specialistici, insieme ai Centri per l'Impiego locali, dove sono dislocati gli stabilimenti del Gruppo; con questi enti vengono rinnovate periodicamente le convenzioni per l'attivazione di nuovi tirocini.

L'iter di selezione prevede: ■ un primo *screening* dei CV per la scelta dei candidati più in linea con la figura ricercata ■ un'intervista telefonica per accertare i reali obiettivi e le preferenze di ciascun candidato ■ un primo colloquio conoscitivo, che dà la possibilità ai responsabili della ricerca e selezione di valutare le aspirazioni e le esperienze maturate.

I candidati giudicati positivamente vengono presentati al Responsabile di Funzione per la scelta finale in linea con il profilo.

Nella maggior parte dei progetti destinati ai giovani non vengono richieste professionalità già strutturate, ma persone motivate che dimostrino curiosità e passione, voglia di mettersi in gioco, apertura alle sfide e desiderio di crescere in un contesto internazionale.

I candidati ideali devono essere infatti dinamici, flessibili, in grado di adattarsi a nuovi contesti, disponibili alla mobilità nazionale e internazionale e con una buona conoscenza delle lingue. Sono inoltre apprezzati lo spirito di sacrificio, la proattività e la capacità di lavorare in *team*.

Devono essere evitati i ritardi sul posto di lavoro e la mancanza di rispetto nei confronti di colleghi o superiori.

La Marzotto rileva comunque e in maniera costante che i ragazzi spesso si trovano in difficoltà nel passaggio dal mondo della scuola al mondo del lavoro e sottolinea la necessità di affrontare l'ingresso in azienda con umiltà, imparando a lavorare in gruppo e a collaborare con i propri colleghi, mettendo a disposizione le proprie idee e la voglia di crescere.

Per seguire i tirocinanti vengono individuati tutor in grado di supportarli durante il loro percorso, disponibili a rispondere ad ogni eventuale dubbio o domanda e abili nel creare una relazione professionale, formativa e costruttiva.

La funzione Risorse Umane monitora costantemente il percorso di formazione e inserimento degli stagisti all'interno dell'azienda, in particolare, ascoltando le loro necessità e aiutandoli a risolvere eventuali problemi.

A metà percorso viene organizzato un incontro alla presenza del tutor per capire se le aspettative dei tirocinanti sono in linea o meno con il contesto lavorativo e con le attività che stanno svolgendo. Al termine dello stage l'azienda, sulla base della valutazione finale del tutor, rilascia una valutazione delle competenze tecniche e trasversali (*soft skills*) acquisite dal tirocinante, che egli potrà utilizzare per "rivendere" la professionalità acquisita in altre occasioni di lavoro.

Il consiglio che l'azienda dà a chi sta per iniziare un tirocinio in una delle filiali estere del Gruppo è proprio quello di saperlo cogliere come un'opportunità di crescita non solo professionale, ma soprattutto personale, sapendo vivere a pieno questo periodo lontano da casa e immergendosi completamente nel percorso di cambiamento.

La Marzotto ritiene infatti che relazionarsi con persone di culture diverse dia modo di aprire i propri orizzonti e di approcciarsi non solo al lavoro, ma anche alla vita in maniera differente.

Alla fine del tirocinio, in linea di massima, la Marzotto inserisce in azienda con diversi tipi di contratto ben il 50% dei tirocinanti.



Good Food, Good Life

3.1.2 Gruppo Nestlé in Italia

Il Gruppo Nestlé in Italia (www.nestle.it) è oggi una delle più importanti aziende del settore alimentare nel nostro Paese e rappresenta il nono mercato mondiale in termini di fatturato dell'omonimo Gruppo (www.nestle.com), nato in Svizzera nel 1866 e presente in oltre 86 Paesi, con **oltre 440.000 dipendenti nel 2014** e una capacità commerciale giornaliera di oltre 1 miliardo di prodotti.

In Italia l'azienda conta circa **5.500 dipendenti** e **14 stabilimenti** distribuiti su tutto il territorio nazionale.

Nel 2013 il Gruppo ha lanciato il Programma europeo *Nestlé needs YOUTH*, che prevede di creare 10.000 opportunità di lavoro e aprire in tutta Europa **10.000 posizioni di "apprenticeship" e "traineeship" entro il 2016**, destinate a giovani sotto i 30 anni di diversi livelli formativi da inserire nelle varie aree aziendali delle proprie consociate.

L'obiettivo è quello di contribuire a migliorare le competenze delle nuove leve e a rafforzarne il profilo professionale, aiutandole a costruire un futuro migliore.

A titolo di esempio, Nestlé ha previsto di inserire dall'inizio del Programma, sia in tirocinio che in apprendistato e con altri contratti di lavoro, 3.000 giovani in Francia, 2.420 in Germania, 1.250 in Spagna e **1.080 in Italia**.

In linea dunque con la forte attenzione al tema dell'occupazione giovanile in Europa, Nestlé Italia ha sviluppato da circa due anni un *network* articolato, dando una grande accelerazione all'avvio di stage formativi, 250 nel 2014, in tutte le funzioni dell'azienda (Area tecnico-produttiva, Marketing, Vendite, *E-commerce*, Acquisti, *Supply chain*, Finanza e Controllo, Sistemi informativi, Risorse Umane, *Communication*, Informazione medica, Progettazione, Ricerca&Sviluppo, ecc.).

Il tirocinio è infatti considerato, oltre che un'ottima opportunità per muovere i primi passi nel mercato del lavoro, una "palestra" di apprendimento e un'occasione per conoscere ragazzi e ragazze fortemente motivati. Lo stage diventa così un'esperienza di valore che permette all'azienda di "scoprire" nuovi talenti. I tirocini in Nestlé Italia, di durata semestrale, vengono rimborsati 723 euro lordi al mese e sono sia curriculari che extra curriculari. Vi possono partecipare sia studenti durante il loro percorso scolastico o universitario, in questo caso anche per fare la tesi di laurea, sia diplomati o laureati. La selezione degli stagisti avviene attraverso l'esame delle candidature online sia **spontanee** che collegate agli annunci pubblicati sul sito *corporate* nella sezione **Careers**, oppure pervenute sulla base delle numerose convenzioni che l'azienda ha con le Università, i Master e gli Istituti tecnici e professionali, preferibilmente localizzati nelle aree dove hanno sede gli stabilimenti produttivi. Dopo lo *screening* dei curricula, viene svolto un *Assessment* di gruppo (vedi Par. 1.3.5), al termine del quale i 2-3 candidati più in linea con la posizione di stage offerta affrontano anche un colloquio individuale.

Il tutor che firma insieme allo stagista il Progetto formativo è impegnato, sulla base di un “patto di disponibilità” interno, a dedicargli tempo, energie e risorse per il buon esito dello stage. È inoltre responsabilità del tutor istituire due momenti di *feedback* e confronto col tirocinante, uno a metà ed uno in chiusura del percorso di stage. Lo scambio reciproco permette di verificare costantemente la coerenza tra gli obiettivi del Progetto formativo ed i risultati conseguiti e serve inoltre a stimolare il tirocinante ad un’autovalutazione dell’esperienza in azienda.

Per Nestlé Italia, il candidato ideale deve poter esibire, oltre ad un buon bagaglio di competenze trasversali, le cosiddette “*soft skills*” (vedi Par. 1.4), un discreto numero di esperienze extra scolastiche (volontariato, attività sportive, associative, ecc.), una buona conoscenza dell’inglese e un percorso formativo regolare (scuola e/o università). Gli atteggiamenti maggiormente apprezzati nel tirocinante Nestlé, oltre alla forte motivazione, sono un’intelligenza vivace, la curiosità, la capacità di porre domande e di non temere il confronto. Al contrario, scarsa disponibilità e comunicativa, incapacità di lavorare in *team* sono elementi che precludono del tutto il rapporto con l’azienda.

Fra i problemi a volte incontrati dagli stagisti Nestlé vi è la difficoltà di entrare nel linguaggio aziendale, mettendo ad esempio su uno stesso piano *Communication* e Marketing, senza comprendere le differenze che caratterizzano le due funzioni aziendali: lo stage serve proprio a colmare *gap* di questo genere.

Al termine dell’esperienza, su richiesta del tirocinante, viene rilasciata una lettera di referenze.

Qualche consiglio ai futuri stagisti che vogliono candidarsi all’estero: fare una lettera di presentazione e un CV, meglio in inglese, mirati e sinceri, non solo in formato Europass, ma tenendo anche conto del mercato di riferimento, soprattutto per chi si autocandida ad esempio nel Regno Unito (www.nestle.co.uk), dove spesso sono apprezzati CV brevi e tagliati su misura per l’offerta di *internship*. Nestlé Italia, che fa parte del *network* di aziende virtuose “*Bollino Ok stage*”, promosso dal portale specializzato “*Repubblica degli stagisti*” (vedi Par. 2.4), fino ad oggi è riuscita ad inserire in azienda, soprattutto con un contratto di apprendistato professionalizzante, fra il 20 e il 30% degli ex tirocinanti.

3.1.3 Telecom Italia



Telecom Italia (www.telecomitalia.com), il più grande gruppo italiano di servizi di telecomunicazione, investe nella ricerca di *partnership* con università e centri di eccellenza sia nazionali che esteri, anche attraverso il finanziamento di Master di carattere internazionale (Ue ed extra Ue) che prevedono, al termine dei corsi, lo svolgimento di *Project Work* presso diverse funzioni aziendali. Per Telecom il tirocinio rappresenta un ottimo strumento per fornire una prima occasione di contatto con il mondo del lavoro. Per questo l'azienda è disponibile già da molti anni ad accogliere tirocinanti interessati ad approfondire temi specifici attraverso un'esperienza di apprendimento nelle proprie strutture, allo scopo di consentire ai giovani di conoscere da vicino uno dei grandi gruppi del nostro Paese.

Gli stagisti inseriti ogni anno in Telecom sono circa 70 in Italia e 10 nelle filiali estere, in particolare nel Lussemburgo. In entrambi i casi l'esperienza ha una durata complessiva di 6 mesi. Il rimborso mensile lordo ammonta a 600 euro per chi svolge lo stage sul territorio nazionale e a 700 euro per chi lo effettua all'estero. Gli stage vengono offerti all'interno delle principali funzioni aziendali: in particolare, in questi ultimi anni, quelle che hanno accolto tirocinanti sono state le più innovative, come *Joint Open Lab (JOL)*, *Ricerca & Innovazione* e *Brand Strategy & Media*, interessate a conoscere e a farsi conoscere dai giovani talenti del Paese.

I tirocinanti vengono selezionati attraverso le sezioni *Lavora con noi* del sito www.tim.it e *Carriera* del sito *corporate*, www.telecomitalia.com, dove vengono pubblicate costantemente le opportunità aperte, con informazioni dettagliate su obiettivi, attività, funzione e sede del tirocinio. Tali opportunità vengono illustrate anche durante gli annuali *Career Day* che si svolgono su tutto il territorio nazionale nel corso dei colloqui condotti da *recruiter* e giovani funzionari dell'azienda all'interno dello stand di Telecom Italia. Numerose sono inoltre le collaborazioni con le università, spesso attraverso contatti diretti con professori e studenti per facilitare la corrispondenza tra le esigenze aziendali e le aspettative dei giovani.

Il candidato viene contattato telefonicamente dall'azienda per un appuntamento ed inizia così l'iter di selezione per il tirocinio. Segue una fase di *pre-screening* che prevede un test di lingua inglese (la cui conoscenza deve essere almeno di livello intermedio), un test di informatica (per verificare la dimestichezza con il sistema operativo Office), oltre a test più specifici su abilità cognitive, verbali, numeriche, ecc. Superata questa fase, si prosegue online con due questionari, uno di personalità e l'altro motivazionale. I candidati risultati idonei continuano l'iter selettivo che sarà adattato in funzione del settore di inserimento previsto per il tirocinio. Tappa fondamentale è l'intervista con il *Line manager*, ovvero con il Dirigente che si occupa del prodotto o del progetto di punta nel settore in cui lo stage

verrà svolto. In quell'occasione vengono approfonditi gli aspetti attitudinali emersi dai questionari online, nonché le tipologie di conoscenze tecniche del candidato. Al termine dell'iter, tutti i candidati ricevono un *feedback*: in caso di esito positivo, la comunicazione avviene tramite contatto telefonico, in caso contrario tramite e-mail.

Il candidato ideale di Telecom Italia deve innanzitutto possedere alcune caratteristiche personali, quali la proattività e la capacità di lavorare in gruppo, oltre ad un titolo di studio coerente con l'ambito organizzativo in cui andrà a svolgere lo stage. Inoltre deve essere iscritto ad un percorso universitario o avere preferibilmente una laurea specialistica, un Master o un titolo di una scuola di specializzazione, svolta dopo una laurea triennale, con votazione superiore a 106 su 110 e avere un'età inferiore a 26 anni.

In assenza di tali caratteristiche, il candidato deve necessariamente aver svolto un percorso considerato utile per l'azienda, attraverso l'acquisizione di particolari competenze professionali e certificazioni tecniche o linguistiche, anche maturate durante esperienze internazionali. In caso di titolo di studio conseguito all'estero, sono valutati i limiti di età e di votazione, considerando i parametri comparativi normalmente utilizzati nel Paese di riferimento. Il tutor aziendale, oltre ad avere un bagaglio di esperienze tale da poter essere sempre un punto di riferimento per lo stagista, viene individuato tra coloro che operano nel settore in cui il tirocinio verrà svolto.

Fra le principali difficoltà incontrate dai neolaureati durante uno stage in Telecom Italia, quella maggiore consiste nel non avere ancora piena consapevolezza del funzionamento e delle dinamiche che caratterizzano le grandi aziende inserite in mercati e contesti complessi. A volte emergono limitate capacità di *team working* e di comunicazione efficace.

Alla fine del tirocinio il tutor e lo stagista esprimono una valutazione dell'esperienza attraverso un questionario *ad hoc*, utilizzato dall'azienda per il *feedback* conclusivo.

Solo su richiesta dell'interessato viene rilasciato un attestato di svolgimento dello stage firmato dal tutor, in cui sono specificati sia l'ambito di apprendimento che la durata del tirocinio.



3.1.4 UniCredit

UniCredit (www.unicreditgroup.eu) è una delle più grandi istituzioni finanziarie europee con più di **146.000 dipendenti**, una presenza in oltre 50 Paesi, di cui 20 in Europa.

UniCredit si impegna costantemente a scoprire e far crescere i talenti di oggi ed i leader di domani. Per questo motivo ogni anno offre un vasto programma di stage per gli studenti in tutto il Gruppo ed in molte funzioni.

Le possibilità di stage durante l'anno o nel periodo estivo sono infatti varie. Le posizioni disponibili sono consultabili all'indirizzo www.careers.unicreditgroup.eu, con rimando ai vari siti locali delle banche del Gruppo. Le opportunità sono aggiornate periodicamente; è quindi importante monitorare spesso le offerte pubblicate e, ove possibile, creare un proprio profilo rendendo consultabile il proprio Curriculum.

Gli stagisti di UniCredit sono sempre seguiti da un tutor e da un referente delle Risorse Umane; entrambi curano l'inserimento e seguono l'intero percorso formativo. UniCredit adotta specifiche politiche retributive a seconda delle normative locali, della tipologia di stage e di altri fattori.

UniCredit offre, inoltre, l'opportunità di stage internazionali. In collaborazione con la *Fondazione UniCredit&Universities*, propone la possibilità di partecipare all'**International Internship Program**: ogni anno vengono messe a disposizione **borse di studio** per effettuare, durante l'estate, uno stage trimestrale in uno dei Paesi dove UniCredit opera (nel 2015 le borse estive sono state offerte, oltre che in *Italia*, in *Austria*, *Bosnia ed Erzegovina*, *Croazia*, *Germania*, *Ungheria*, *Polonia*, *Russia* e *Serbia*).

Per inviare la propria candidatura è necessario essere iscritti ad un corso di laurea in economia, finanza, scienze bancarie, ingegneria gestionale o giurisprudenza con indirizzo economico, avere un eccellente *background* accademico e un buon livello d'inglese.

Tutte le informazioni su queste iniziative sono reperibili all'indirizzo:
www.unicreditgroup.eu/it/careers/students-and-graduates/internship.html.

3.2 La parola agli stagisti

Se sei tentato dall'idea di fare uno stage in Europa, oppure stai addirittura già apprestandoti a partire, potrebbe esserti molto utile confrontarti con chi questa esperienza l'ha già vissuta. Qui di seguito troverai cinque testimonianze dirette di giovani come te, storie normali, comuni, ma tutte interessantissime e ricche di spunti su cui riflettere.

Nella scelta degli stagisti abbiamo cercato di proporre esperienze abbastanza diverse per quanto riguarda i Paesi di destinazione, i contenuti formativi e le modalità di accesso allo stage. Ma anche con qualche elemento in comune: sono tutti ragazzi che hanno scelto e vissuto questa esperienza con entusiasmo, grinta e fiducia, consapevoli delle difficoltà, ma anche pronti ad affrontarle.

La prima testimonianza è quella di **Gianluca**, un eurostagista "iperqualificato": un ragazzo che, a 25 anni, ha già vissuto un anno in America durante il liceo, ha fatto un *Erasmus* di 5 mesi a Lisbona durante l'università e un periodo di volontariato in Africa. Durante la sua laurea di secondo livello, presso la Scuola per interpreti e traduttori di Trieste, ha svolto uno stage di 3 mesi a **Lussemburgo** nel servizio traduzione di un'istituzione europea. Per lui ovviamente il problema linguistico è stato pressoché inesistente, conoscendo a diversi livelli ben quattro lingue, ma la sua esperienza di tirocinio gli è stata molto utile per andare a vedere concretamente, sul campo, come funziona il mestiere del traduttore.

Anche la storia di **Martina** è, a suo modo, classica ed eccezionale al tempo stesso. Nel periodo in cui studiava per la sua laurea specialistica in *Urbanistica* ha svolto un tirocinio di 3 mesi a **Londra** presso la *City of London Corporation* (l'ente di governo della città di Londra), tirocinio cercato e scovato dandosi molto da fare, da sola, contattando su *LinkedIn* gli enti e le aziende che le interessavano. Martina è un bellissimo esempio di tenacia ed entusiasmo ed il suo costante impegno l'ha già ripagata: ha iniziato subito a lavorare presso lo stesso ente dello stage e si sente stimata ed apprezzata.

Marco, oggi ingegnere aerospaziale, ha svolto invece un tirocinio di 6 mesi, durante gli studi universitari, ad **Amburgo**, in Germania, presso una grande azienda del settore aeronautico. Ha individuato l'offerta di stage tramite la sua Università e, nel dipartimento aziendale presso cui è stato inserito, ha trovato terreno fertile per prolungare la sua permanenza di altri 6 mesi (al di fuori dell'*internship*), avendo così la possibilità di scrivere *in loco* la tesi di laurea specialistica che, fra l'altro, era anche il suo obiettivo originario.

Ancor prima di trovarlo, **Claudia**, una giovane neolaureata in *Scienze del turismo*, aveva già in mente di svolgere il suo stage in un'importante organizzazione del settore, ed è ben riuscita nel suo obiettivo. Ha infatti svolto un tirocinio di 5 mesi a **Parigi** – nell'ambito del Progetto della Regione Lazio "*Torno Subito*" – presso la sede di rappresentanza dell'ENIT (Ente Nazionale Italiano per il Turismo). La sua esperienza le ha dato l'opportunità di apprendere molto, di conoscere ed utilizzare le modalità e gli strumenti utilizzati da un grande Ente pubblico per promuovere il turismo in Italia, perfezionandosi ulteriormente nel francese.

Le nostre testimonianze si chiudono con la storia di **Omar**, un giovanissimo studente di scuola superiore che ha svolto, attraverso il programma Erasmus+, un tirocinio di 5 settimane a **Praga**, nella Repubblica Ceca. Omar, quando parte, ha appena ottenuto il Diploma professionale in *Gestione delle risorse forestali e montane*. Nonostante la brevità del tirocinio, Omar ha avuto l'occasione di applicare sul campo le conoscenze teoriche apprese durante la scuola: leggere la mappa di un bosco, utilizzare strumenti dendrometrici, marcare le piante di varietà sperimentali, realizzando un'esperienza assolutamente positiva, sia professionalmente che dal punto di vista personale. Ora sta proseguendo la sua strada, si è iscritto all'Università, ma non vede l'ora di poter ripetere un'esperienza di questo tipo!

3.2.1 Gianluca, Lussemburgo

Gianluca ha 25 anni, una laurea in *Comunicazione interlinguistica applicata* all'Università di Trieste (più conosciuta come Scuola per interpreti e traduttori) e conosce bene l'inglese, il francese, lo spagnolo ed il portoghese. Durante la sua laurea di secondo livello ha fatto uno stage di 3 mesi in Lussemburgo nel servizio traduzione di un'istituzione europea (per i tirocini presso organi ed istituzioni dell'Ue vedi il Par. 2.5). In quest'ambito le domande di tirocinio sono tantissime, ma è pur vero che c'è sempre un certo ricambio: nel suo ufficio, per esempio, prendono due tirocinanti per ogni trimestre.

Gianluca ha presentato la sua candidatura online diversi mesi prima del periodo prescelto per lo stage. L'unità linguistica di traduzione per la quale ha fatto domanda ha effettuato un primo *screening* dei CV ricevuti. Una volta preselezionato, Gianluca ha dovuto inviare tutti i documenti di supporto alla sua candidatura come diplomi, attestati di corsi di lingua (con relativa votazione), certificazioni aggiuntive (competenze informatiche, referenze di stage, esperienze professionali acquisite, ecc.). Sulla base di questa documentazione è stata effettuata la selezione finale ed infine è stato chiamato. Nel suo caso l'aver frequentato la Scuola traduttori di Trieste, essere stato per un anno in America durante il liceo, aver fatto un Erasmus di 5 mesi a Lisbona durante la triennale e un periodo di volontariato in Africa, lo hanno certamente aiutato ad essere scelto!

Nonostante tutte queste numerose esperienze da solo all'estero, all'inizio qualche inevitabile timore l'ha avuto anche lui: soprattutto Gianluca si aspettava un ambiente di lavoro molto freddo e formale e temeva, com'è naturale, di "non essere all'altezza", considerando il prestigio dell'istituzione e della posizione in particolare. Ha invece trovato un ambiente di lavoro formato da persone molto alla mano e disponibili ed anche il lavoro in sé gli è piaciuto molto: non bisogna solo saper tradurre, ma è richiesta anche molta accuratezza, precisione ed attenzione ai dettagli.

Per quanto riguarda gli aspetti logistici, svolgere un *internship* presso un'istituzione europea ha sicuramente i suoi vantaggi: prima ancora del suo arrivo gli hanno inviato una lista di alloggi privati destinata ai tirocinanti, grazie alla quale è riuscito a trovare una stanza in affitto. Oltre a ricevere un contributo per le spese di viaggio, ha potuto disporre di un'indennità di circa 1.200 euro netti mensili, cifra che gli ha consentito di coprire tutte le spese, senza dover integrare nulla di tasca sua. Durante il tirocinio ha condiviso con un altro tirocinante un ufficio, dotato di una propria scrivania, computer, ecc. Il tirocinio gli ha consentito di migliorare ulteriormente la sua padronanza nelle lingue straniere, di acquisire e familiarizzarsi con la terminologia tecnica e di imparare a lavorare organizzando il lavoro nel rispetto delle scadenze. In questo percorso è stato seguito non solo dal suo tutor, ma c'è stata anche una notevole collaborazione da parte dei colleghi a cui Gianluca non ha mai avuto paura di porre domande per capire e imparare, approfittando di qualsiasi occasione utile si presentasse davanti. Anche la durata dello stage è stata adeguata: certo, un periodo di tempo più lungo gli avrebbe consentito di imparare ancora di più, ma un *internship* di 3 mesi è stato sufficiente per dargli un'idea globale della professione. Al termine del tirocinio gli è stato rilasciato un "Rapporto di fine stage" che, oltre al parere del suo tutor, contiene anche la sua valutazione dell'esperienza.

Gianluca non sa ancora se e quanto gli sarà utile questa certificazione: attualmente sta ancora concludendo un Master universitario in *Traduzione specializzata*. Il futuro? Avendo già studiato e vissuto parecchio fuori dall'Italia, considera una scelta abbastanza naturale l'idea di trasferirsi all'estero per lavoro, ma ancora non sa dove e come si concretizzeranno le sue scelte professionali. Di certo però la sua esperienza di tirocinio in Lussemburgo, e le competenze che ha acquisito in questo percorso, sa che gli saranno sicuramente utili.

3.2.2 Martina, Londra

Martina è una ventiseienne napoletana, laureata da poco a pieni voti in *Urbanistica, Paesaggio, Territorio e Ambiente*. Nel periodo in cui ha studiato per la sua laurea specialistica ha svolto un tirocinio di 3 mesi presso la *City of London Corporation*, l'ente di governo della città di Londra. Ha cercato e faticato tanto per trovare questo stage, ma adesso è, a ragione, molto fiera di ciò che ha fatto e di non aver "mai mollato"! Già prima di iniziare la ricerca dello stage, circa 10 mesi prima, si è trasferita a Londra, trovando un alloggio e qualche lavoretto per mantenersi e fare pratica con l'inglese.

Ha quindi iniziato a cercare un *internship* facendo ricerche su internet, compilando tanti *application form*, a cui nessuno rispondeva; allora ha cercato su *LinkedIn* l'ente che le interessava contattare, richiedendo la "connessione" con tutti i dipendenti che lavoravano nel suo ambito di studi. Ha quindi inviato un messaggio, non troppo formale, chiedendo cosa avrebbe dovuto fare per poter iniziare un tirocinio presso di loro. La risposta è stata quasi banale: una lettera di presentazione e un CV a cui lei, in aggiunta, ha allegato il suo *portfolio*. In seguito ha sostenuto un colloquio che serviva a verificare le sue capacità, le motivazioni e la conoscenza dell'inglese e poi ha dovuto attendere ben due mesi prima che lo stage fosse confermato. Grazie alla sua intraprendenza Martina è riuscita a far stipulare una convenzione tra l'Università e l'ente ospitante, per cui le sono stati riconosciuti 10 crediti formativi per aver svolto il tirocinio. Le aspettative erano altissime, dato il prestigio della *City of London*. Il suo obiettivo era quello di dare tutta se stessa per poter essere assunta al termine del tirocinio, ma – nel settore pubblico – non puoi essere assunto se non si apre una posizione per quel posto! Il suo costante impegno l'ha premiata: al termine del tirocinio ha iniziato a lavorare presso lo stesso ente, ma in un altro distretto, e conta di essere assunta in pianta stabile non appena risulterà disponibile una posizione.

Le sue paure, prima di iniziare, erano la lingua ed il suo *background* universitario: entrambi si sono rivelati più che adeguati, anche se qualche difficoltà linguistica all'inizio c'è stata, in particolare nell'ascolto (non aveva molte occasioni di ascoltare inglesi, facendo lavori come cameriera e babysitter!). Ovviamente, alla fine, le sue conoscenze linguistiche sono molto migliorate e soprattutto ha acquisito una totale padronanza del linguaggio tecnico. Oltre ad un'ottima indennità (circa 2.000 euro al mese), le è stata fornita una postazione di lavoro e tutti gli strumenti e i materiali (computer, licenze di software, manuali) per svolgere adeguatamente le sue attività, tutte in linea con il suo percorso formativo. Ciò le ha consentito di acquisire la conoscenza di diversi software, di migliorare il modo in cui si lavora e si collabora in un *team* ed in generale di affinare la presentazione del proprio lavoro ai *team leader*, ai direttori, ecc. Il suo tutor – che è stato anche correlatore della tesi di laurea specialistica, rigorosamente inerente lo stage – l'ha seguita con attenzione e, quando è andato in ferie, è stato sostituito da un'altra persona.

Come dice Martina la sua esperienza di stage, che ha superato di gran lunga le aspettative, "non ha prezzo": le ha permesso di trovare un altro lavoro e di raggiungere i suoi obiettivi. La durata del tirocinio, forse, è stata fin troppo breve: è stato stressante, per lei, dover mostrare le sue capacità, e la sua intraprendenza, durante un conto alla rovescia continuo. Se dovesse dare un consiglio, infatti, direbbe certamente di svolgere uno stage all'estero di 6 mesi. Fare un tirocinio all'estero, per chi vuole trovare lavoro fuori, è indispensabile, è un trampolino di lancio; per chi invece pensa di rientrare in Italia, è comunque un'importante palestra linguistica e professionale. Martina, già convinta in partenza di volersi trasferire all'estero, dopo lo stage non ha più avuto alcun dubbio, volendo lavorare nell'ambito in cui ha studiato, in una *corporation* prestigiosa, con la serenità di sapere che lì sarà valutata per quello che vale. Il suo impegno ed i suoi sacrifici sono stati ripagati!

3.2.3 Marco, Amburgo

Marco, 25 anni, durante l'ultimo periodo di studi universitari in *Ingegneria aerospaziale* ha svolto un tirocinio di 6 mesi ad Amburgo, in Germania, presso una grande azienda (oltre 50 mila dipendenti) del settore aeronautico. Ha trovato l'offerta di stage tramite la sua Università che fa parte della rete internazionale Pegasus, che raccoglie le maggiori Università aerospaziali europee. Ha quindi inviato all'azienda il suo CV Europass, insieme ad una *cover letter* (semplice e ben scritta) e ad una lettera di referenze (una buona presentazione del relatore della tesi di laurea triennale). La selezione da parte dell'azienda è stata poi eseguita attraverso uno *screening* dei CV ricevuti ed un colloquio telefonico (in inglese) con il manager del Dipartimento Ricerca e sviluppo che richiedeva l'*internship*.

Durante il colloquio Marco si è sforzato soprattutto di far capire che voleva assolutamente fare questa esperienza: la sua idea originaria era infatti quella di svolgere all'estero la tesi, ma purtroppo – non essendo riuscito a realizzare questo progetto tramite l'Università – aveva scelto di fare uno stage proprio per sopperire a questa mancanza ed arricchire il suo CV prima di iniziare a lavorare. Dal punto di vista pratico, già prima di partire, Marco ha cercato una sistemazione per dormire e qualche contatto personale in zona, il tutto purtroppo con scarsi risultati. Ha dovuto cercare alloggio una volta arrivato, cosa che si è rivelata più difficile del previsto, unita ad altre difficoltà logistico-organizzative che non sono mai mancate. In ogni caso, anche grazie all'aiuto di amici e colleghi, di un rimborso spese di circa 700 euro al mese e di un notevole sconto sui trasporti pubblici, Marco è riuscito sempre a cavarsela.

L'azienda gli ha fornito una postazione di lavoro al pari dei dipendenti, un computer e la piena libertà di richiedere o acquistare documenti e materiali necessari allo svolgimento del suo lavoro. Le sue attività principali riguardavano l'aggiornamento ed il miglioramento di un modello di calcolo, compiti perfettamente in linea con il suo percorso di studi che ovviamente ne è risultato profondamente arricchito, migliorando di molto – ad esempio – la sua conoscenza di un software di modellazione matematica commerciale.

La sua esperienza si è rivelata molto utile non solo per l'acquisizione delle competenze tecniche, ma anche perché ha imparato molto dal punto di vista aziendale, dei rapporti personali e – ovviamente – anche per l'accrescimento delle sue conoscenze linguistiche (Marco, già in partenza, conosceva bene l'inglese, oltre a un po' di francese e tedesco). Durante lo stage non sempre è stato adeguatamente seguito dal suo tutor, ma questo è stato quasi un bene perché ha acquisito molta autonomia. Infatti, fra gli aspetti positivi, Marco sottolinea proprio l'aver imparato a gestire diverse situazioni, sia sul posto di lavoro che a livello organizzativo. Ha acquisito una certa flessibilità mentale che si è poi rivelata molto utile ed ha raggiunto tutti gli obiettivi che si era prefissato prima di partire. Pochi, e superati brillantemente, gli aspetti negativi: qualche difficoltà di ambientamento (all'inizio) e poco tempo libero a disposizione a causa della necessità di conciliare il tirocinio con gli impegni universitari. Fra l'altro, il Dipartimento aziendale presso cui Marco è stato inserito si è rivelato ben disposto a prolungare la sua permanenza di altri 6 mesi (al di fuori dell'*internship*), dandogli così la possibilità di scrivere la tesi di laurea specialistica.

Alla fine del suo periodo in azienda Marco ha ricevuto un certificato (sede e frequenza del tirocinio) ed una lettera di referenze del tutor (argomenti trattati e punti di forza/debolezza), documenti che gli sono stati utili dopo la laurea magistrale nella ricerca del lavoro, che ha trovato dopo soli due mesi. Nei colloqui di lavoro, ricorda Marco, l'esperienza dello stage all'estero è sempre stata molto apprezzata; lui stesso consiglia caldamente di realizzarla il prima possibile, facendo tesoro di ciò che ci si troverà ad affrontare e soprattutto sapendola sfruttare al meglio per il proprio futuro!

3.2.4 Claudia, Parigi

Claudia ha 26 anni e una laurea triennale in *Scienze del turismo*, conseguita con il massimo dei voti presso l'Università "Sapienza" a Roma.

Nel 2014, poco dopo la laurea, vince un tirocinio di 5 mesi a Parigi nell'ambito del Progetto della Regione Lazio "[Torno Subito](#)" presso la sede di rappresentanza dell'ENIT, l'Ente Nazionale Italiano per il Turismo. Dopo essersi consigliata con alcuni partner di "Torno Subito", invia il proprio CV a tutte le sedi europee dell'ENIT; poco dopo viene contattata dall'ufficio di Parigi (che ha 9 dipendenti), sia per il suo profilo coerente con le esigenze della sede francese, sia per la buona conoscenza della lingua, appresa al liceo linguistico. Il rimborso spese proposto era di quasi 750 euro al mese, somma che Claudia con l'aiuto della famiglia ha dovuto integrare con circa 200 euro mensili, dato l'alto costo della vita a Parigi. Pur avendo cercato un alloggio dall'Italia, suo unico motivo di ansia prima della partenza, non ci riesce e, solo dopo 20 giorni dal suo arrivo, trova una stanza molto accogliente tramite un'agenzia presso un *foyer* per studenti e stagisti nelle immediate vicinanze di Parigi. La stanza si trovava presso una residenza internazionale, dove Claudia ha così potuto fare molte amicizie con persone da tutto il mondo, facilitata anche dalla buona conoscenza della lingua francese.

Una volta in stage, i suoi compiti principali si sono svolti in affiancamento sia presso l'ufficio informazioni aperto al pubblico (accoglienza ai turisti, supporto all'organizzazione di viaggi, informazioni turistiche, stesura in francese di nuove schede informative, ecc.), sia all'interno dell'ufficio stampa e marketing (rassegna della stampa francese sull'Italia, redazione in francese di schede informative, partecipazione a eventi ENIT, gestione dei *social network*, ecc.). Le sono state anche fornite nozioni amministrative di base, il tutto purtroppo senza avere a disposizione una sua postazione di lavoro. Le attività svolte sono state in linea con il suo percorso di studi, anche grazie all'attenzione del suo tutor che era il Responsabile dell'ufficio informazioni. Claudia ha ritenuto un po' troppo lunga la durata del suo stage, in quanto, dopo i primi 2-3 mesi di apprendimento di nuove competenze, le mansioni che le sono state richieste successivamente non le hanno fatto imparare cose nuove, ma sono state piuttosto ripetitive. Nonostante questo, gli obiettivi del tirocinio sono stati raggiunti.

Facendo un bilancio dell'esperienza, i problemi maggiori sono stati quelli legati all'alloggio, non solo per la difficoltà di trovarlo, ma anche per la serie di documenti che le sono stati richiesti per avere una stanza in affitto (garante francese, conto bancario che può essere aperto solo dopo aver stipulato un contratto d'affitto, ecc.). Tuttavia Claudia ha potuto usufruire anche di *benefit* per i giovani che in Italia non esistono, come ad esempio la CAF (*Caisse d'Allocations familiales*), ovvero l'aiuto economico che il Governo francese dà alle persone con basso reddito. Alla fine del tirocinio le è stato consegnato un attestato che conteneva sia le mansioni svolte durante lo stage che i nominativi delle persone che l'hanno seguita, a cui rivolgersi per eventuali referenze. Fino ad ora Claudia non ha ancora avuto modo di utilizzare questo documento, ma ritiene che comunque il tirocinio all'ENIT di Parigi possa essere un ottimo biglietto da visita per il suo futuro formativo e professionale. Oggi non esclude infatti la possibilità di trasferirsi all'estero, cosa che aveva già pensato dopo il suo primo stage europeo, svolto qualche anno prima grazie ad una Borsa Leonardo da Vinci. Qualche consiglio ai giovani italiani che vogliono affrontare quest'esperienza: apprendere il più possibile dal tirocinio e incontrare persone del posto per migliorare la lingua, "sforzandosi di non parlare in italiano", aprirsi a nuove conoscenze, adattandosi alle diverse abitudini del Paese e, non ultimo, "*pensare bene se rientrare in Italia dopo lo stage*". Infatti, conclude Claudia, "*trascorrere un periodo all'estero per motivi di studio o di lavoro è un'esperienza impagabile che dà la possibilità di crescere e responsabilizzarsi ed aiuta ad aprire gli occhi verso nuovi orizzonti*".

3.2.5 Omar, Praga

Omar ha 18 anni e frequenta a Edolo (Bs), presso l'Istituto d'Istruzione Superiore "F. Meneghini", l'ultimo anno di corso per conseguire il diploma di istruzione professionale in *Gestione delle risorse forestali e montane*. Viene a conoscenza, tramite i propri docenti, che la sua scuola aderisce in qualità di partner d'invio ad un progetto Erasmus+ di cui è titolare l'Istituto Superiore "G. Baruffi" di Ormea (Cn) e coordinatrice l'Impresa sociale **FORTES**. Il progetto, dal titolo "**FOREST4LIFE**", prevede la possibilità per alcuni studenti di usufruire di una borsa di mobilità per realizzare un'esperienza di tirocinio all'estero. Omar comprende che si tratta di un'occasione da non perdere e si attiva subito per prendere parte all'iniziativa. Il Paese di destinazione è la Repubblica Ceca dove nella città di Praga è possibile svolgere un tirocinio presso **VULHM, Ente di ricerca nell'ambito delle scienze forestali**.

Superata con successo la fase di selezione (test più colloquio attitudinale), ad Omar viene data l'opportunità di seguire dei corsi di preparazione prima della partenza. La formazione viene erogata dai docenti in orario extrascolastico e riguarda sia il miglioramento della conoscenza dell'inglese, lingua nella quale si svolgerà il tirocinio, che l'approfondimento di temi legati all'ambito professionale dello stage, come la sicurezza nell'ambiente di lavoro, la silvicoltura, la nomenclatura delle piante. Al di là del buon rendimento scolastico, Omar ritiene che quello che ha contato di più in sede di selezione sia stato l'aspetto motivazionale, la concretezza delle aspettative rispetto alle reali opportunità offerte dal tirocinio, la serietà nell'affrontare una nuova sfida unita ad un marcato spirito di adattamento. Quando Omar parte per Praga è appena diplomato.

L'inserimento nella vita sociale e lavorativa del nuovo Paese è stato meno duro di quanto si aspettasse, grazie anche alla presenza durante i primi 10 giorni di permanenza all'estero di un docente accompagnatore che lo ha supportato nella gestione degli aspetti pratico-logistici. Nel corso della prima settimana Omar ha inoltre potuto seguire un corso di lingua ceca che si è rivelato molto utile in quanto gli ha permesso di acquisire una conoscenza lessicale di base, spendibile nella vita quotidiana. Anche in ambito lavorativo Omar ha trovato un clima di assoluta collaborazione e disponibilità da parte dei colleghi e, nel corso dello svolgimento dello stage, è stato affiancato da una tutor formativa e dal tutor aziendale che, con massima puntualità e precisione, l'hanno guidato nel lavoro e gli hanno fornito tutto il supporto necessario. Nonostante la brevità della permanenza all'estero (5 settimane), nel corso del tirocinio Omar ha avuto l'occasione di sperimentare sul campo le conoscenze teoriche apprese durante il corso di studi. Ha potuto apprendere nel concreto a leggere la mappa di un bosco utilizzando disegni planimetrici di lotti e appezzamenti sottoposti a ricerca, a misurare un albero avvalendosi di strumenti dendrometrici, a marcare le piante di varietà sperimentali in conformità al regolamento, a potare e pulire la corteccia di esemplari selezionati all'interno dell'archivio dei cloni di abete rosso e ad utilizzare le tecniche base per la riproduzione delle piante in laboratorio.

Al termine dell'esperienza l'ente ospitante e l'ente d'invio hanno rilasciato un attestato di stage e il Documento Europass Mobilità (vedi Par. 1.3.3).

Nel complesso, Omar valuta l'esperienza realizzata in termini assolutamente positivi sia dal punto di vista della crescita professionale che personale. Dopo il diploma e lo stage, ha scelto di iscriversi al corso di laurea in *Valorizzazione e tutela del territorio montano* a Edolo, presso la sede distaccata dell'Università di Milano e si augura per il futuro di avere altre occasioni simili. Un consiglio che si sente di dare a chi vuole intraprendere un'esperienza di mobilità all'estero è di imparare bene la lingua straniera, di avere molto spirito di adattamento e di essere il più possibile aperti a conoscere nuove persone e culture mettendo, se necessario, in discussione le proprie idee e i propri pregiudizi.

