

**LA RICERCA DELLO STAGE ALL'ESTERO**  
Incontri di orientamento dedicati a studenti e neolaureati  
dell'Università degli Studi di Milano

---

Primo incontro  
**CHECK-UP**  
**PER LO STAGE**  
**ALL'ESTERO**

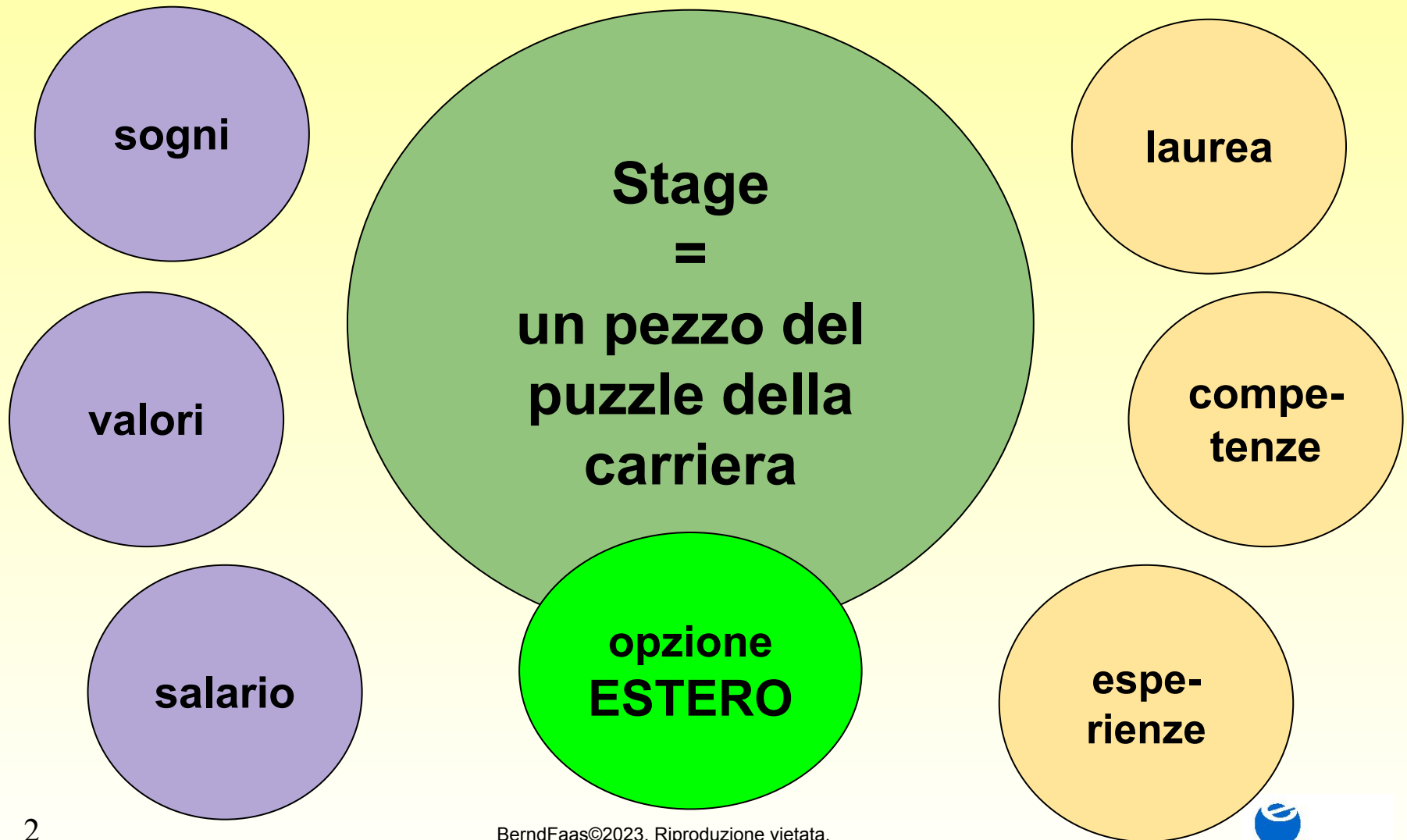
relatore  
**Bernd Faas**



In collaborazione con il COSP - Ufficio  
Orientamento Post-Laurea e Placement  
Università degli Studi di Milano

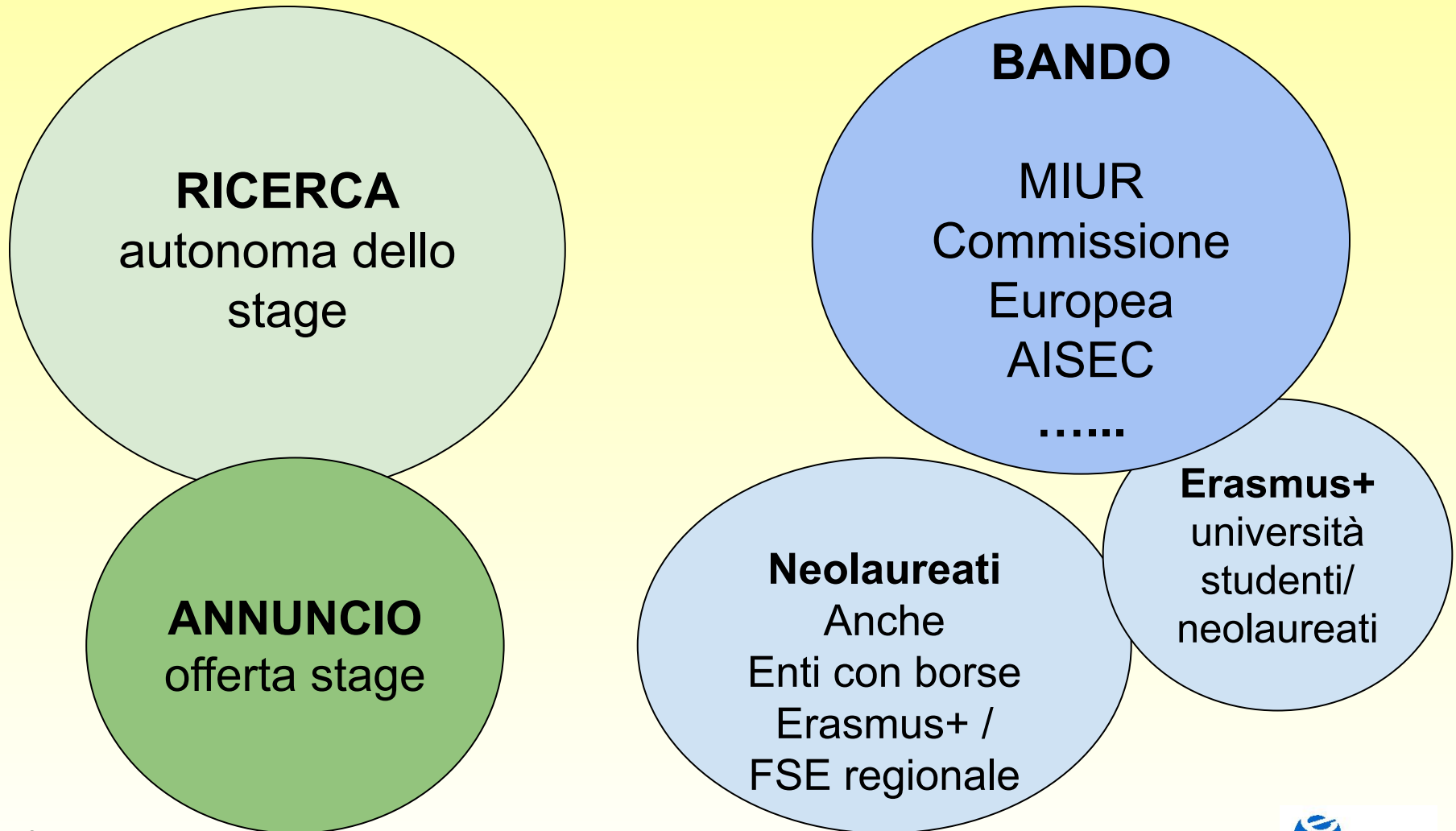
# La CARRIERA si costruisce

---



# SITUAZIONE DI PARTENZA

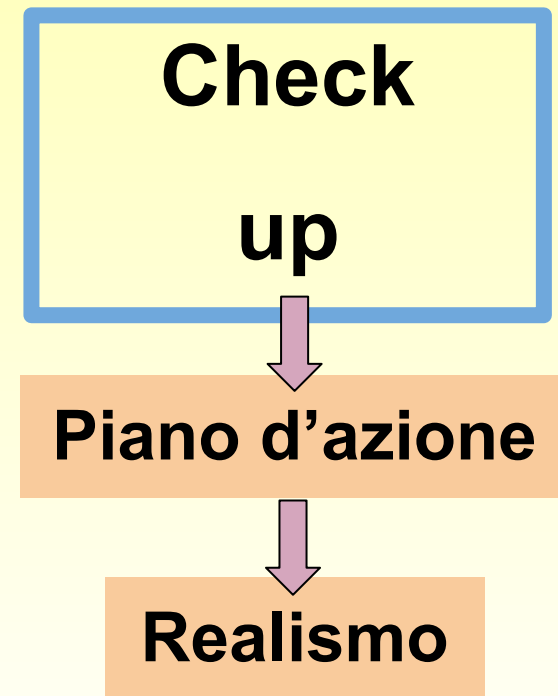
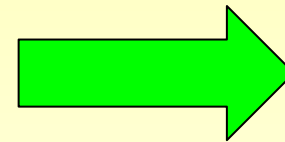
---



# PRINCIPALI ERRORI nella RICERCA all'ESTERO

---

- Improvvisazione
- Non conoscere il “sistema” estero
- Applicare il pensiero e il metodo “italiano”
- Mancanza di fondi
- Sottovalutare la concorrenza



# CHECK UP

---

**Impostazione  
mentale**

**Competenze  
da offrire**

**RISULTATO  
paese /  
azienda  
IDEALE per  
obiettivo**

**Budget**

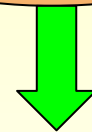
**Conoscenza  
del contesto  
paese /  
attività**

# MOTIVAZIONE

**Perchè fare  
lo stage  
all'estero?**

- ✓ Scoprire nuovi orizzonti
- ✓ Vivere fuori dall'Italia
- ✓ Concedersi una “pausa”
  - ✓ Sfidare sé stesso
  - ✓ Applicare la teoria
  - ✓ Perfezionare la lingua
- ✓ Passo verso il lavoro all'estero
- ✓ Vivere l'internazionalità al lavoro
- ✓ .....

**Quanto forte  
è la  
motivazione?**



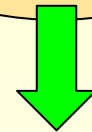
**Deve reggere  
l'impatto con la  
realtà “dura”**

# OBIETTIVI

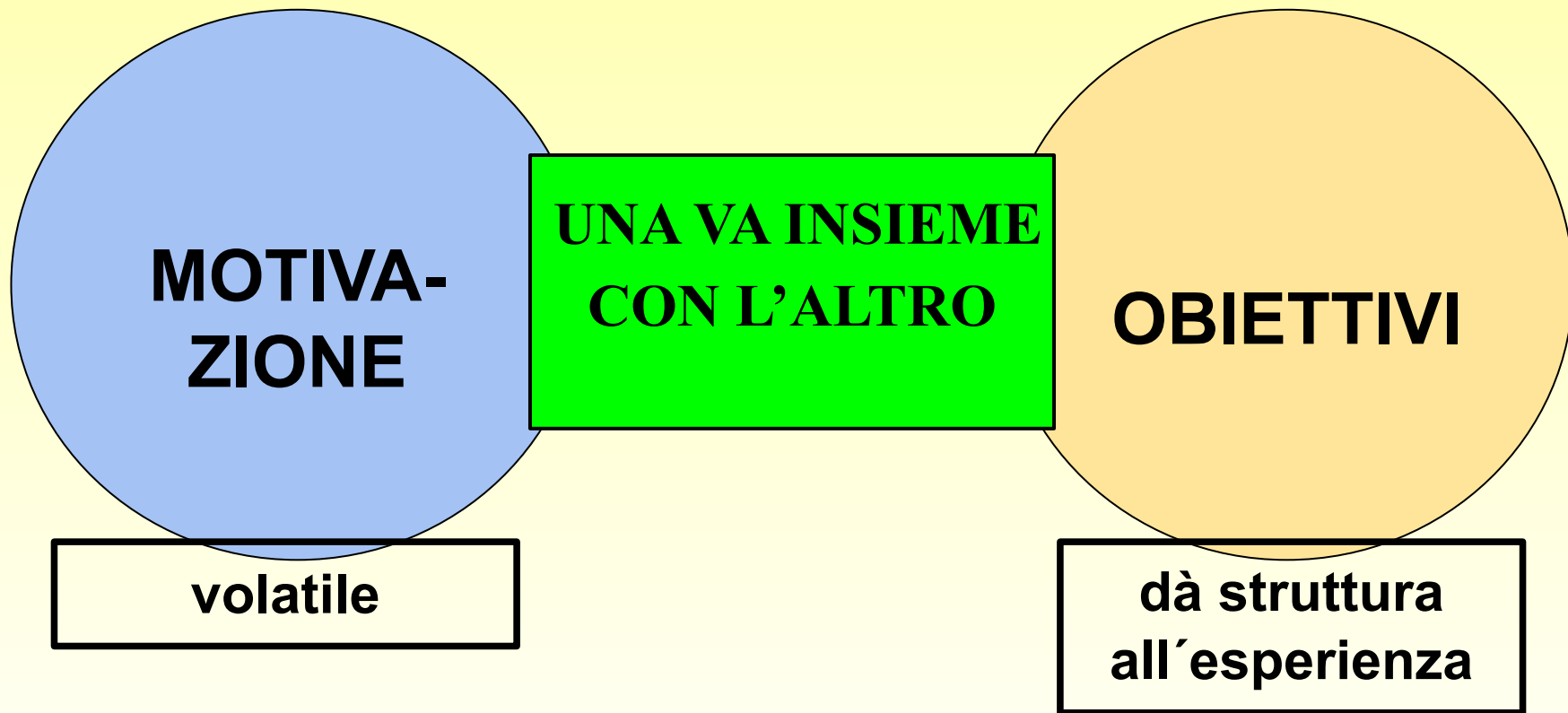
- ❖ Indipendenza-Autonomia
- ❖ Verificare il proprio sapere in....
- ❖ Acquisire la “loro” innovazione in ..
  - ❖ Superare l’esame linguistico
  - ❖ Definire il tema della tesi
  - ❖ Referenza aziendale “pesante”
  - ❖ Credito formativo
- ❖ Crearsi una rete professionale estera

❖ . . . . .

**Definire step  
by step con  
scadenze e  
aggiornare  
regolarmente**



**Più dettagliato  
meglio è!**





# COMPETENZA

---

**Formazione**

**Competenze  
chiave**

**Esperienza**

**Lingua**

# FORMAZIONE

---

- il filo rosso della mia crescita
- per quale settore economico
- per che tipo di azienda - organizzazione
- le materie “forti”
- soft skills + competenze aggiuntive

**identificare  
in ottica  
della  
carriera**

# COMPETENZE CHIAVE

---

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

**+ leadership**

# ESPERIENZA

---

## Perfetti

nell'ambito della materia  
di studio

- formazione applicate  
nelle mansioni come  
.....
- corredata da  
referenza

## Altre esperienze

rafforzano l'idea di un  
candidato

- che si impegna
- di non aver paura di  
sporcarsi le mani
- prende  
responsabilità per sé  
stesso ed altri

# Lingua B2 - C1

CAMBRIDGE/IELTS/TOEFL  
/TIE - GOETHE /TestDaF  
/TELC - DELE -  
DELF/DALF

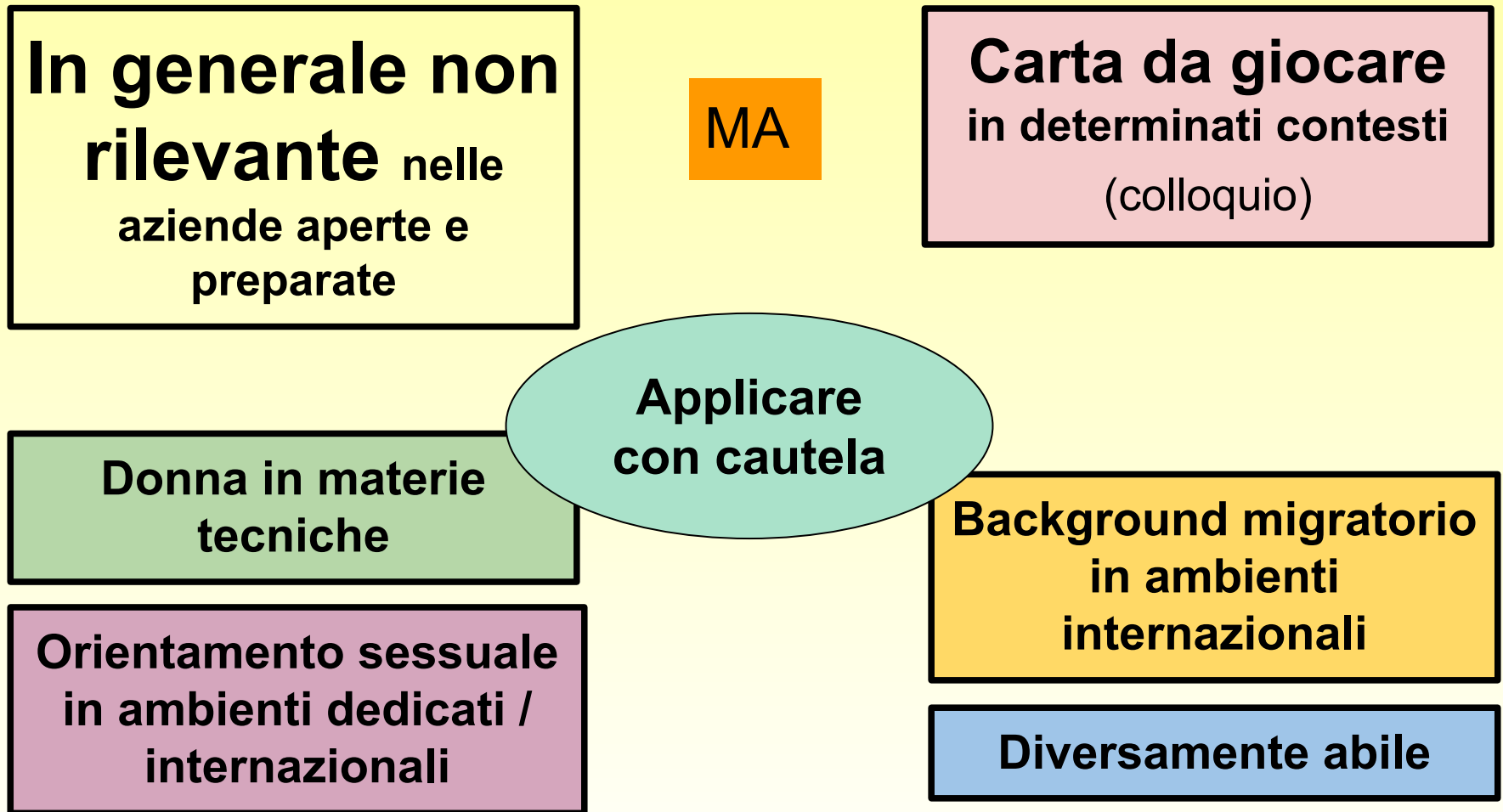
## Livello C1 (Effective Operational Mastery)

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

[www.bbc.co.uk/languages](http://www.bbc.co.uk/languages) -  
RAI scuola

# GENERE - DIVERSITY

---



# CONOSCENZA DEL CONTESTO PAESE - ATTIVITÀ'

---

**Mercato del  
lavoro /  
Tessuto  
economico /  
Studio  
accademico**

**Storia /  
Tradizioni /  
Funzionamento  
Paese**

**Candidatura**

**Costo  
della vita**

**Documenti**

**Networking**

**Aspetti  
logistici**

# CONOSCENZA DEL MONDO DEL LAVORO ...

---

- Mercato del lavoro in generale
- Mercato del lavoro per la propria qualifica
- Aziende leader
- Portali di ricerca lavoro
- Normativa sullo stage (extracurriculare)
- Tipologia di contratti di stage
- Modalità di trattativa (retribuzione, benefits ecc.)
- ....

*Prossimi incontri  
Stage in: Regno Unito,  
Con l'inglese in  
Europa, Germania,  
USA/Canada/Australia,  
Organizzazioni  
Internazionali*



# CONOSCENZA DEL PAESE

- Usi e costumi (Happy Hour, cioccolatini o fiori ...)
- Storia (orgoglio nazionale, tabù, ..)
- Situazione attuale (cosa “muove” le persone)
- Sport (Bundesliga, Ligue 1, .)
- TV (Ispettore Barneby, Dos Vidas ..)
- Cultura (Hugo, Goethe ...)
- Viaggiare e vacanze
- ....

***Integrazione  
senza  
gaffe,  
perdita di tempo  
e  
denaro***

# GLOSSARIO “INTERCULTURALE”

---

- *Albion*
- *Battle of Britain*
- *Boxing day*
- *C of E*
- *Lady Diana*
- *Eastender*
- *Foodies*

*Regno Unito*

- *Lad/Ladettes*
- *Off License*
- *Old boy network*
- *Queuing*
- *Posh*
- *Tea kitty*
- *Tube*

# FUNZIONAMENTO DEL PAESE

---

- Ricerca alloggio
- Trasporto pubblico
- “Ritmo” al lavoro
- Orari della vita quotidiana
- Abbigliamento al lavoro
- Divertimento e relax
- Fare sport
- Fare la spesa
- Pronto soccorso
- ....

***Integrazione  
senza gaffe,  
perdita di  
tempo e  
denaro***

# CANDIDATURA

---

- **CV / lettera di presentazione** secondo lo standard del paese / CV europeo

online / email /  
posta / app ...

- **COLLOQUIO VIRTUALE**

**Personal  
branding**

**1. conoscitivo**

**2. definizione del progetto formativo e delle condizioni**

# TEMPI DI ATTUAZIONE

---

|                          |                    |
|--------------------------|--------------------|
| Bando Erasmus+ ecc.      | minimo 3 mesi      |
| Aziende grandi           | 4-6 mesi           |
| Aziende piccole          | anche entro 1 mese |
| Pubblica Amministrazione | 3-6 mesi           |
| Organizzazioni Int.- ONG | 4-6 mesi           |

# COSTO DELLA VITA

Spesa da programmare per il 1. mese in una grande città:

- Viaggio (volo e treno)
- Trasporto locale
- Stanza
- Vitto
- Imprevisto (abbigliamento di lavoro, ..)

**Totale:**

| €                         |
|---------------------------|
| 150,00-300,00             |
| 100,00                    |
| 350,00-800,00             |
| 250,00                    |
| 150,00                    |
| <b>1.150,00 - 1600,00</b> |

**2. mese  
-30%**

(+ eventuale cauzione + eventuale commissione agenzia immobiliare)

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

**Costi a casa**

# NETWORKING

**50% di successo  
tramite contatti  
personali**

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

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

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

**Francia**

# DOCUMENTI

---

- Carta d'identità o passaporto (validità almeno 6 mesi)
- Anagrafe (normativa secondo paese)
- Tessera sanitaria europea + assicurazione università o privata
- Visto per motivi di formazione/studio/scambio culturale (solo extra-UE)
- Validità patente 6 mesi/1 anno – patente internazionale

**Copie nel cloud come  
misura di sicurezza**



# LOGISTICA

---

- *Viaggio*
- *Sistemazione*
- *Assicurazioni*
- *Mezzi di pagamento*
- *Mezzi di comunicazione*

# STATO EMOTIVO

---

## Le 5 fasi dell'esperienza all'estero

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

**La carriera a 360 gradi**  
*Settimana per settimana*  
**Webinar gratuiti**

*Carriera in Italia e all'estero*

*Candidatura*

*Lavoro all'estero*

*Donna*

*Soft skills*

*Stage all'estero*

*Studiare*

*Umanesimo e mondo del lavoro*

*Career Academy*

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

**Prossimo appuntamento**

---

# **Candidatura in lingua inglese**

**martedì, 28 febbraio 2023,**

**ore 14.30-15.30**

**A cura di**

**Bernd Faas - Eurocultura**

# Grazie per l'attenzione.

---

## Bernd Faas

Eurocultura

Via Mercato Nuovo 44 G

36100 Vicenza

Tel. 0444-964770

[consulenza@eurocultura.it](mailto:consulenza@eurocultura.it)

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

