

## ρεπορτάζ

### ΚΟΣΤΟΣ ΖΩΗΣ

Επεξήγηση  
εικονιδίων



Μηνιαίο κόστος  
για δημόσιες μεταφορές



Ενοίκιο για  
διαμέρισμα 85 τ.μ.



Big Mac  
Meal



1/2 κιλό σπίθος  
κοτόπουλου



1 λίτρο  
πλήρες γάλα



500 γρ.  
τοπικό τυρί



Ψωμί για δύο ανθρώπους  
την ημέρα



Δύο εισιτήρια  
σε κινηματογράφο



Κοκτέιλ  
στο κέντρο



Καπουτσίνο  
σε ακριβή συνοικία



Ένας μήνας  
σε γυμναστήριο



Ένα πακέτο  
τσιγάρα Marlboro

# Τα 6+5 βήματα για δουλειά και ένα σωστό βιογραφικό

Έξι βήματα για μια επιτυχημένη μετάβαση σε χώρες του εξωτερικού χρειάζεται να κάνουν οι ενδιαφερόμενοι για θέσεις εργασίας εκτός Ελλάδας. Αυτά είναι:

### 1. ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ

Οι υποψήφιοι πρέπει να κάνουν μια σχετική έρευνα για τη χώρα όπου πρόκειται να πάνε. Είναι πολύ σημαντικό οι ενδιαφερόμενοι να είναι σωστά πληροφορημένοι αναφορικά με το κλίμα, τη θρησκεία, την κουλτούρα της χώρας αλλά και τις συνθήκες διαβίωσης που επικρατούν σε αυτή.

### 2. ΓΛΩΣΣΑ

Οι ενδιαφερόμενοι θα πρέπει να γνωρίζουν τη γλώσσα του κράτους που θα πάνε. Οι γερμανόφωνες χώρες και οι χώρες της Σκανδιναβίας έχουν ως προαπαιτούμενο εργασίας την πολύ καλή γνώση της γλώσσας.

### 3. ΕΥΡΕΣΗ ΕΡΓΑΣΙΑΣ

Ο πιο σωστός και ενδεδειγμένος τρόπος για να πάει κάποιος σε χώρα του εξωτερικού είναι να έχει βρει δουλειά προτού πάει στη χώρα.

### 4. ΧΡΗΜΑΤΑ

Οι ενδιαφερόμενοι προς μετάβαση σε χώρα του εξωτερικού θα πρέπει να έχουν αρκετά χρήματα μαζί τους ώστε να αντιμετωπίσουν τα πρώτα έξοδα. Είναι δύσκολο να υπολογιστεί το ποσό που ενδείκνυται, καθώς αυτό έχει να κάνει με το επίπεδο τιμών που υπάρχει στη χώρα και αφορά ένα μεγάλο εύρος προϊόντων και υπηρεσιών.

### 5. ΥΠΟΣΤΗΡΙΚΤΙΚΟ ΔΙΚΤΥΟ

Οι υποψήφιοι είναι πολύ σημαντικό να επιλέξουν μια χώρα στην οποία έχουν φίλους, συγγενείς ή γνωστούς που θα μπορέσουν να τους φιλοξενήσουν για τον πρώτο καιρό.

**Προετοιμασία, γλώσσα, εύρεση εργασίας, κρήματα, υποστηρικτικό δίκτυο και πηγές ενημέρωσης**

### 6. ΠΗΓΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Καιαλλπότερες πηγές επαγγελματικής αναζήτησης αποτελούν οι πρεσβείες των χωρών και η πύλη ευρωπαϊκής επαγγελματικής κινητικότητας του ΟΑΕΔ Eurea, που βοηθούν δωρεάν όσους επιθυμούν να αναζητήσουν επαγγελματική σίγη στο εξωτερικό.

Τα πέντε στοιχεία που πρέπει να αποφεύγουν οι υποψήφιοι κατά τη σύνταξη του βιογραφικού είναι:

**1** Να μην κάνουν ορθογραφικά λάθη ή να μην γράφουν δυσνόητα, ώστε από την πρώτη ανάγνωση να μπορεί ο υπεύθυνος να εξάγει συμπεράσματα για την προσωπικότητα του αποστολέα.

**2** Ο υποψήφιος να φροντίσει να μη λείπουν τα στοιχεία επικοινωνίας και να μην υπάρχουν συντακτικά λάθη.

**3** Να μην είναι μακροσκελή και εκτενή. Τέτοια βιογραφικά γίνονται κουραστικά και μηρδεύουν τον αποδέκτη τους.

**4** Να αποφεύγεται η αποστολή καλλιπενικών φωτογραφιών. Οι πιθανότητες της συνέντευξης δεν αυξάνονται με το κριτήριο της «ωραίας φωτογραφίας».

**5** Σε κάθε περίπτωση θα πρέπει να αποφεύγονται οι υπερβολές, οι ψεύτικες δηλώσεις και τα αλτσοφανή αλλά όχι ειλικρινά επιτεύγματα.

Αυτό που όλοι πρέπει να έχουν κατά νου είναι ότι το σημείωμα είναι η πρώτη επαφή που έχει κάθε εταιρία με τον ενδιαφερόμενο.



### ΣΕ ΤΙ ΒΟΗΘΑΕΙ ΤΟ EUROPASS

ΤΟ ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ σημείωμα ιδίως για την Ευρώπη θα πρέπει να είναι σε μορφή Europass. Η συγκεκριμένη μορφή βιογραφικού είναι η ενδεδειγμένη, καθώς αφενός επιτρέπει στον υποψήφιο να παρουσιάσει τα προσόντα αλλά και τις δεξιότητές του και αφετέρου ο εργοδότης μπο-

ρεί μέσα από αυτόν τον τύπο βιογραφικού να έχει μια συνοπτική εικόνα από τον υποψήφιο. Κατά τη σύνταξη του βιογραφικού θα πρέπει να αποφεύγονται φράσεις αφενός απρόσφορες στον υποψήφιο να παρουσιάσει τα προσόντα αλλά και τις δεξιότητές του και αφετέρου ο εργοδότης μπορεί μέσα από αυτόν τον τύπο βιογραφικού να έχει μια συνοπτική εικόνα από τον υποψήφιο. Κατά τη σύνταξη του βιογραφικού θα πρέπει να αποφεύγονται φράσεις κλισέ, υπερβολές αναφορικά με τα προσόντα ή τις δεξιότητες και να περιγράφεται με ακρίβεια η επαγγελματική εμπειρία.