RECURSOS I SERVEIS

WEBS ÚTILS PER VIATJAR

Per organitzar-se:
- Minube
- Trip Advisor

Per desplaçar-se:
- Raileurope

Per orientar-se:
- Citymapper
- Maps.me (App Mob)
- Trip org
- CityMaps



Per tenir recomanacions:
- Lonely Planet
- Spotted by locals

Per fer-se entendre:
- Word lens (App Mob)
- Speak & Translate (App Mob)

Per cuidar-se:
- Targeta Sanitària Europea

CARNETS

Per obtenir descomptes en transports, allotjaments, museus, restaurants, etc.
- Carnet Jove
- Carnet Internacional d'Estudiant
- Carnet Internacional d'Alberguista

INFORMACIÓ DEL PAÍS

- Ministeri d'Afers Exteriors

SI VOLS MÉS INFORMACIÓ, DEMANA'NS HORA!

ASSESSORIA MOBILITAT INTERNACIONAL

C/ BLASCO DE GARAY, 19

93 745 33 01

689 32 19 45

@sbdjove

*Edició 01/2026

Ajuntament de Sabadell

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials i Famílies
Direcció General de Joventut

Diputació Barcelona

mobilitat internacional

InfoExpress

MOBILITAT INTERNACIONAL

oficina jove del Vallès Occidental
Sabadell

El món és l'escenari perfecte per aprendre idiomes, viure experiències i conèixer de primera mà la diversitat més enllà de les nostres fronteres.
Aquí destaquem algunes de les opcions agrupades per àmbits.



VOLUNTARIAT I COOPERACIÓ INTERNACIONAL

Cos Europeu de Solidaritat

Iniciativa de la Unió Europea per participar de projectes de voluntariat que beneficïin comunitats d'arreu d'Europa. Cal tenir entre 18 i 30 anys, tot i que en l'opció d'**Ajuda Humanitària** s'amplia fins als 35. Cobreixen les despeses de transport, allotjament, manutenció, curs d'idioma i assegurança.

Intercanvis juvenils

Experiències d'entre 5 a 21 dies a països associats al programa **Erasmus+** que permeten a grups de joves d'entre 13 i 30 anys desenvolupar habilitats en un context multicultural a través de l'educació no formal. Les despeses derivades del transport, l'allotjament i la manutenció estan cobertes.

Camps de solidaritat

Projectes on majors d'edat coneixen de primera mà la situació a països del Sud Global. Cal fer-se càrrec de les despeses derivades i assistir a una formació prèvia. A banda dels organitzats per **Setem**, destaquem els de l'**Agermanament de Sabadell amb el poble sahrauí** organitzats per **Taller d'Art, Cultura i Creació.**

Camps de treball

Projectes on es realitza una feina de suport a la comunitat local en diversitat d'àmbits durant un període d'entre 1 i 3 setmanes. Hi ha per a menors i majors d'edat i també per a famílies. Cal fer-se càrrec de totes les despeses derivades. Els organitzen **Servei Civil Internacional** i **COCAT**.

ESTUDIS A L'ESTRANGER

Educació Secundària

A partir dels 14 anys l'alumnat pot estudiar durant un període d'entre 3 i 10 mesos a un centre educatiu d'un altre país europeu vivint amb una família. Normalment la gestió es realitza a través d'una agència com **ASEPROCE**.

Batxillerat



També es pot cursar aquesta etapa a l'estranger i a través d'una beca mitjançant iEduex o la Fundació Amancio Ortega.

A més, hi ha l'opció d'estudiar la modalitat de **Batxillerat Internacional** que permet accedir a universitats i escoles tècniques sense haver de fer la selectivitat.

Estudis superiors a la Unió Europea

Existeixen diferents modalitats:

- Cursar part dels estudis universitaris i/o cicles formatius de grau superior a través de l'**Erasmus**.
- Cursar **tota la carrera** a l'estranger.
- Cursar un màster o postgraus a través de l'European Education and Culture Executive Agency.

TREBALL I PRÀCTIQUES

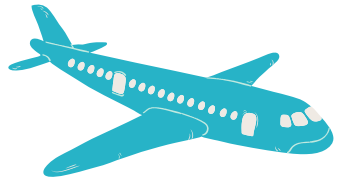
Cerca de feina

- Xarxa Eures
- Portals nacionals de feina
- Portals europeus i internacionals de feina
- LinkedIn

Treball a canvi d'allotjament

Feines en una granja, petita organització o negoci familiar a canvi d'allotjament i manutenció per a joves majors d'edat. Cal donarse d'alta a als diferents portals i pagar una petita quota d'entre 20 i 30 euros:

- WWOOF
- Workaway
- Help X



Fer d'au pair

Consisteix en que joves de 18 a 30 anys donin suport amb la cura dels infants i/o tasques domèstiques a famílies amb les que conviuen a canvi d'allotjament, manutenció i un petit sou:

- Per agència: Au Pair in Spain
- Per lliure: Au Pair World

Cerca de pràctiques subvencionades

- Eurodissea: per a joves d'entre 18 i 35 anys. Una beca mensual cobreix les despeses de manutenció, allotjament i transport local.
- ALMA: per a joves d'entre 18 i 29 anys, registrades a la Garantia Juvenil i el SOC, i pertanyents al col·lectiu de persones amb vulnerabilitat. A empreses o entitats a Europa durant quatre mesos.