

# CONSEJOS PARA LA BÚSQUEDA DE PRÁCTICAS EUROPEAS

Los estudiantes de la Universidad de León disponen de financiación de la Unión Europea para realizar prácticas profesionales en entidades de acogida (empresas y otros organismos) del entorno europeo gracias al programa Erasmus +. El presente documento pretende orientarte en el proceso de búsqueda de empresa de acogida y tus relaciones con el ente gestor del programa.

## BÚSQUEDA DE EMPRESA

Nadie mejor que tú para decidir aspectos como el país, la ciudad o el ámbito económico en el que te gustaría hacer tus prácticas. Por ello te recomendamos que adoptes una actitud autónoma y busques tu propia empresa utilizando tus propios contactos personales o familiares, o alguna de las siguientes herramientas:

### Ofertas de prácticas en Europa:

[www.erasmusintern.org/](http://www.erasmusintern.org/)  
[www.erasmus.universia.es](http://www.erasmus.universia.es)  
[www.goinglobal.com](http://www.goinglobal.com)  
[www.recruitingerasmus.com](http://www.recruitingerasmus.com)  
[www.globalplacement.com](http://www.globalplacement.com)  
[www.cvbook.eu](http://www.cvbook.eu)  
[www.danube.or.at/leonet](http://www.danube.or.at/leonet)  
[www.iagora.com](http://www.iagora.com)  
[www.kapstages.com/index.php?mode=ES](http://www.kapstages.com/index.php?mode=ES)  
[www.scholarshiptimes.com](http://www.scholarshiptimes.com)

### Prácticas en Reino Unido:

[www.intergrad.co.uk](http://www.intergrad.co.uk)  
[www.placement-uk.com](http://www.placement-uk.com)  
[www.intern-placements.com](http://www.intern-placements.com)  
[www.jobsinacademia.net](http://www.jobsinacademia.net)  
[www.ispo.co.uk](http://www.ispo.co.uk)  
[www.internwise.co.uk](http://www.internwise.co.uk)  
[www.espauk.com/es/practicas](http://www.espauk.com/es/practicas)

### Prácticas en Irlanda:

[www.yourinternationaltraining.com/internships/](http://www.yourinternationaltraining.com/internships/)

### Prácticas en Francia:

[www.directetudiant.com](http://www.directetudiant.com)  
[www.dialogo.es/es/practicas-y-becas.html](http://www.dialogo.es/es/practicas-y-becas.html)

### Prácticas en Alemania:

[www.praktikum-service.de](http://www.praktikum-service.de)

Para buscar empresas Europeas:

[www.kompass.com/es](http://www.kompass.com/es)

[www.europages.com](http://www.europages.com)

[www.quierounbuentrabajo.com](http://www.quierounbuentrabajo.com)

[www.monster.es](http://www.monster.es)

[www.sepe.es/contenido/empleo\\_formacion/eures/info\\_red\\_eures/index.html](http://www.sepe.es/contenido/empleo_formacion/eures/info_red_eures/index.html)

## CONTACTAR CON LA EMPRESA

Prepara un correo, preferiblemente en el idioma de la empresa, expresando tu voluntad de realizar prácticas.

Existe un modelo de **Euro-Currículum** que puedes hacer online:

<http://europass.cedefop.europa.eu/>

Valora la posibilidad de hacer un **video-currículum**, esto es, una breve grabación de tu persona, formación y capacidades en vídeo que podrás “colgar” de “Youtube” o cualquier otro soporte, y mencionarlo en tu CV y carta de presentación para que puedan ver y oírte en primera persona:



UNIVERSIDAD  
DE LEÓN

### Vídeo – currículum:



- ▶ **Forma directa de presentar tus cualidades**
- ▶ **Herramienta novedosa para darte a conocer a las empresas**

- ★ Complementa la información del CV tradicional
- ★ Transmites ser una persona dinámica, motivada y con iniciativa
  - ★ Permite reflejar cualidades muy valoradas
  - ★ Te valorarán y recordarán más que al resto de los candidatos con CV en papel
    - ★ Ahorra tiempo y dinero



UNIVERSIDAD  
DE LEÓN

## Vídeo – curriculum:

- ★ **Pequeño guión con la estructura de lo que quieres decir**
- ★ **Posibles temas a tratar:**

Saludo	Experiencia laboral	Objetivo profesional
Datos personales	Prácticas en empresa	Forma de contacto
Formación académica y complementaria	Competencias profesionales	Despedida
- ★ **Sé original e intenta resaltar tus puntos fuertes**
- † **Imagen personal**
  - 👁 **Mirada (imagina que la cámara es tu futuro empleador)**
  - 🗣 **Expresión oral, el tono y modulación de la voz**
  - 😊 **Postura corporal, gestualidad y expresión facial**

En tus contactos, menciona siempre tu calidad de estudiante de la ULE y que tu estancia estará avalada por el programa Erasmus de la Unión Europea, lo que incluirá un convenio bilateral empresa-universidad y un seguro de accidentes y responsabilidad civil.

Si encuentras alguna empresa que esté dispuesta a acogerte solicita el programa Erasmus-Prácticas para que te podamos conceder la Beca:

<http://www.unileon.es/estudiantes/internacional-movilidad/estudiantes/movilidad-internacional/erasmus-practicas/convocatoria>

Te deseamos mucha suerte en tu proceso de búsqueda.

Saludos cordiales,

**Oficina de Relaciones Internacionales**  
**Edificio de Servicios. Campus de Vegazana s/n. 24007 León**  
**Tel: 34-987-29 16 50**  
**Fax: 34-987-29 16 93**  
[internacional@unileon.es](mailto:internacional@unileon.es)