

# Biztonságos és tudatos külföldi munkavállalás

***EURES***  
***Magyarország***  
***2026***



# Mi jut eszünkbe ma az uniós munkavállalásról? Trendek és valóság 2026



- Több százezer magyar dolgozik külföldön
- A fiatalok tudatosabban készülnek, mint valaha
- Digitális nomádok, hibrid munkák, szezonális lehetőségek
- Hiteles információk iránti igény nő

→ mobilitás ma már nem kivétel, hanem természetes karrierút



# Mobilitás 2026-ban

## *Európa nyitva áll*



- A szabad mozgás az EU egyik alappillére
- EURES: **31 országot összekötő hálózat**  
27 EU-tagállam + 4 EGT-ország
- Magyarország 2004 óta tag
- Európa-szerte munkaerőhiány → keresik a magyar munkavállalókat

→ *A lehetőség adott, a kérdés, hogyan élünk vele*



# Az uniós munkavállalás előnyei



- Magasabb bérek, anyagi biztonság
- Nyelvtudás fejlődése
- Látókör szélesedése
- Értékes szakmai tapasztalatok
- Önbizalom, talpraesettség
- Magasabb életszínvonal

→ *A külföldi munka nemcsak pénz, hanem  
fejlődési lehetőség is*



# Az uniós munkavállalás hátrányai



- Csalások, átverések
- Nyelvi akadályok
- Kezdőtőke hiánya
- Adminisztrációs nehézségek
- Távolság, kulturális különbségek
- Túlzott illúziók
- Negatív érzelmi hatások (elszigeteltség, frusztráció)

→ *A valóság kétoldalú - ezért kell a felkészültség.*

# EURES a megbízható útitárs



- Hiteles tájékoztatás az európai munkaerőpiacról
- Ingyenes, biztonságos szolgáltatások
- Online adatbázisok, ellenőrzött állásajánlatok
- 1000+ tanácsadó Európában
- 40+ Magyarországon

→ *A biztonság és hitelesség garanciája*



# EURES küldetése



- Álláskeresők és munkáltatók összekapcsolása
- Teljes körű információk: bérek, TB, adózás, lakhatás
- Preventív tevékenységek
  - megelőzés
  - fiatal és felnőtt munkavállalók védelme
  - középiskolai előadások
  - figyelemfelhívó kampányok, előadások

→ összekötni a pontokat - álláskeresők és munkáltatók között



# EURES a közösségi médiában



- **Web:**  
<http://eures.europa.eu>
- **Facebook:**  
<https://www.facebook.com/EURESHungary/>
- **Instagram:**  
<https://www.instagram.com/eures.hungary/>
- **LinkedIn:**  
<https://www.linkedin.com/in/eures-hungary>

→ *Ott vagyunk, ahol TE*



# Központi EURES-portál

## eures.europa.eu



RES (EUROpean Employment Services)

Álláskeresők ▾ Munkaadók ▾ Élet és munka ▾ Az EURES szolgáltatásai ▾ Vegye fel a kapcsolatot az EURES-szel My EURES

Új funkció!  
Fedezzen fel új álláslehetőségeket Európában!  
[Tovább a térképhez >](#)

1 2 3 4

EURES Advisers  
Let us know if you have any questions.

→ **Az EU munkaerőpiacának kapuja**





- 3+ millió álláshely
- Ország-információk (élet, munka, adózás, TB)
- Önéletrajz-feltöltés
- Munkáltatói hozzáférés
- Európai képzési lehetőségek

→ **Egy helyen minden, ami a külföldi munkához kell**



# EURES Hungary Facebook



- Hírek, események
- Hasznos, álláskeresést segítő információk, tippek
- Uniós állásajánlatok
- Egyéb európai események, kampányok



# Biztonságos külföldi munkavállalás

## 6 aranyszabály



- Nyelvtudás és szakképzettség
- Hiteles forrásból származó állás
- Céggellenőrzés
- Felkészülés indulás előtt
- Vésztartalék
- Fontos telefonszámok ismerete

→ A tudatosság = biztonság





# Visszaélések 2026-ban

## Amire figyelned kell

- Nem létező cég / hamis állás
- Előre kifizettetett költségek
- Irreálisan magas fizetés ígérete
- Nyelvtudás nélküli „könnyű munka”
- Pénzkérés „ügyintézésért”
- Csak telefonszám vagy e-mail cím a hirdetésben

→ Ha túl szép, hogy igaz legyen - valószínűleg nem igaz



# Záró üzenet



**A külföldi munkavállalás lehetőség**  
**A biztonság pedig felkészülés kérdése**

→ ***EURES - veled vagyunk Európában***





**Köszönöm a figyelmet!**



# EURODESK

Európai ifjúsági információ-  
szolgáltató hálózat



Készítette:  
Szervezet:  
E-mail:

# EURODESK CÉLOK



- Fiatalok figyelmének felkeltése a különböző nemzetközi **mobilitási lehetőségekre**
- Fiatalok ösztönözése az **aktív állampolgári részvételre**
- **Minden fiatalhoz** eljussanak az információk

# KIK VAGYUNK?

- **Mióta?** 1990-ben alapították, Skóciában
- **Hol?** 37 országban vagyunk jelen, 4000+ helyi partner
- **Mit?** Erasmus+ program, Európai Szolidaritási Testület, DiscoverEU népszerűsítése
- **Kiknek?** a célcsoport a 13-30 éves korosztály



# EURODESK MULTIPLIKÁTOROK/ PARTNERSZERVEZETEK

- Ifjúsági irodák
- Ifjúsági civil szervezetek
- Információs, kulturális központok
- Europe Direct iroda
- Egyéb



# PARTNEREK TEVÉKENYSÉGEI

- **Projektek megvalósítása:** ifjúsági cserék, önkéntesek küldése/fogadása, képzések
- Személyes és online **tanácsadás**
- Információszolgáltatás
- Felkereső ifjúsági munka
- Közösségi terek fenntartása

- Programok szervezése
- Rendkívüli osztályfőnöki órák tartása
- Kitelepülések
- Szabadidős programok szervezése



# KERESD PARTNEREINKET, HA....

- Nemzetközi **élményeket** és **tapasztalatot** szeretnél szerezni
- Szeretnél **ifjúsági csereprogramon** részt venni itthon vagy külföldön
- Szeretnél itthon **külföldi önkéntesekkel találkozni**
- Szeretnél **nemzetközi önkéntesként külföldre menni** egy civil szervezethez
- Szeretnél **különböző témákkal** foglalkozni (pl. fiatalok jogai, környezetvédelem, de **másképp mint az iskolában**)
- **18 éves** vagy és **vonattal** körbeutaznád Európát



# NEMZETKÖZI MOBILITÁSI LEHETŐSÉGEK



# MELYEK EZEK A LEHETŐSÉGEK?

## ERASMUS+ PROGRAM

ami

### NEM CSAK FELSŐOKTATÁS!

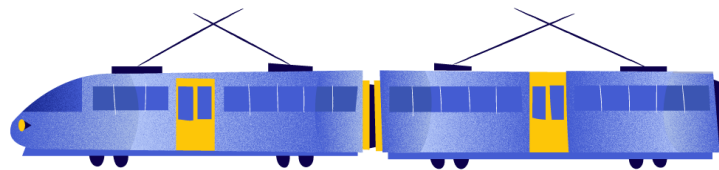
- Közoktatásban diákmobilitás
- Szakképzésben szakmai gyakorlat
- **Ifjúsági lehetőségek (ifjúsági csere, ifjúságsegítők mobilitása) – oktatáshoz nem kapcsolódik**
- Felsőoktatási ösztöndíjak
- Felnőtt tanulás
- Sport

## EURÓPAI SZOLIDARITÁSI TESTÜLET

- Külföldi önkéntesség
- Szolidaritási projektek

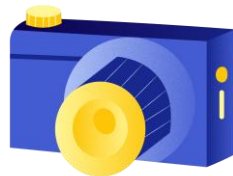
DiscoverEU

Interrail vonatjegy



# MIÉRT JÓ RÉSZT VENNI NEMZETKÖZI MOBILITÁSI PROJEKTBEN?





**MÁS ORSZÁGOK,  
KULTÚRÁK MEGISMERÉSE  
NEMZETKÖZISÉG  
KAPCSOLATÉPÍTÉS**

**NYELVTUDÁS  
KOMMUNIKÁCIÓ**

**FEJLŐDÉS  
CÉLTUDATOSSÁG  
KÍVÁNCISISÁG**



**KALAND  
ÉLMÉNY  
TANULÁS  
TAPASZTALÁS**

**ÖNISMERET  
NYITOTTSÁG  
ÖNBIZALOM**

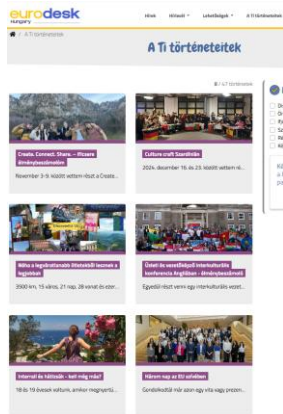


# ONLINE FELÜLETEK, KIADVÁNYOK, TÖVÁBBI INFORMÁCIÓK





# eurodesk.hu



- [Ti történeteitek](#)

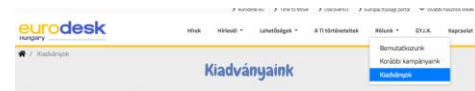
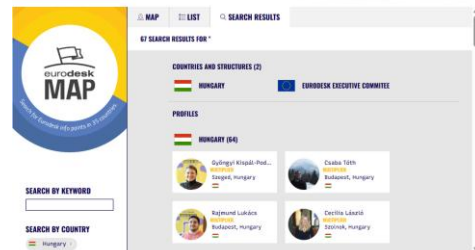
fiatalok történetei Erasmus+ projektekről, ifjúsági cserékről, önkéntességről, DEU útjukról

- [Kapcsolat](#)

találd meg a hozzád legközelebbi multiplikátort segítség

- [Kiadványok](#)

legfrissebb szakmai és fiataloknak szóló kiadványok



# EURODESK KIADVÁNYOK - FIATALOKNAK

## Miért hasznosak?

- Információt nyújtanak a mobilitási lehetőségekről
- Összegyűjtik a releváns honlapokat, ahonnan információt találhatnak



# EURODESK ONLINE

## MAGYAR OLDALAK



[eurodesk.hu](https://eurodesk.hu) weboldal



[Erasmus+ Ifjúság és Eurodesk Facebook oldal](#)



[@eurodesk\\_hungary](#)  
[Instagram](#)



[Eurodesk HU promotional video](#)

## NEMZETKÖZI OLDALAK



[eurodesk.eu](https://eurodesk.eu) weboldal



[@eurodesk](#) TikTok



[@eurodesk](#) Instagram



[Európai Ifjúsági Portál](#)

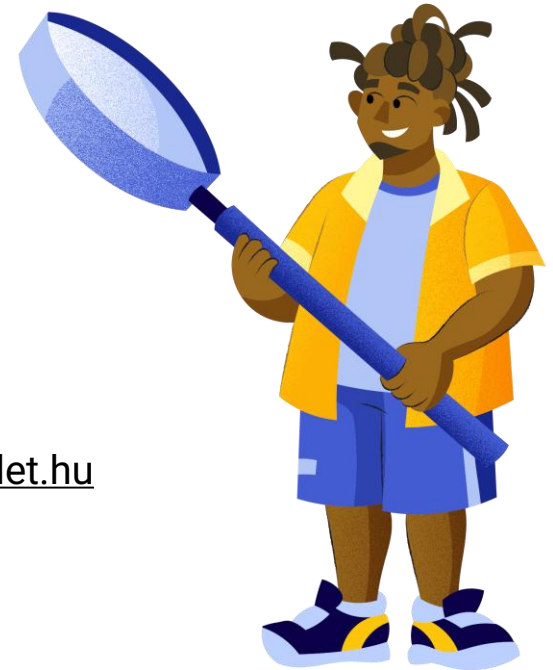
# TOVÁBBI AJÁNLOTT WEBOLDALAK

Youth projects HUNGARY  
FB csoport

erasmusplusz.hu

discovereu.hu

szolidaritasitestulet.hu





# KÉRDÉSED VAN? KEZDD VELÜNK!



## Opportunity Finder

1. Érdekelnek az uniós intézmények és nemzetközi szervezetek által meghirdetett ösztöndíjak, gyakornoki és önkéntes lehetőségek?  
Találd meg a számodra megfelelőt!



## Instagram



2. Ne maradj le az újdonságokról, kövess be bennünket!



## Ugródeszka hírlevél Fiataloknak

Külföldön szeretnél tanulni vagy új kultúrákat megismerni? Ifjúsági programokon vennél részt? Hírlevelünkben megtalálod a legfontosabb aktualításokat!



eurodesk.hu



## Ti történeteitek

4. Beutazád Európát vonattal, önkéntes lennél külföldön, vagy ösztöndíjjal tanulni külföldön? Inspirációként ajánljuk fiatalok élménybeszámolóit!



## Külföldi programok

5. Megismernéd Európát, de nem tudod, melyik ifjúsági program passzol hozzád igazán? Nézz szét lehetőségeink között, és vági bele egy új kalandba!



## Kapcsolat

6. Keresd partnereinket szerte az országban, akik segítenek megtalálni a számodra megfelelő programot!



## Kérdésed van? Kezdd velünk!



Miért érdemes hozzánk fordulni?  
Promóciós videóinkban megmutatjuk!





# Time to Move

2026 októberében is

<https://timetomove.eurodesk.eu/hu/>

# KÉRDÉSEK & VÁLASZOK



# KÖSZÖNJÜK A FIGYELMET!

