



euro | guidance



Hasznos tanácsok évkihagyóknak és évhalasztóknak

Euroguidance Magyarország



NEMZETI SZAKKÉPZÉSI
ÉS FELNŐTTKÉPZÉSI HIVATAL



euro | guidance

Euroguidance

A Euroguidance Magyarország a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Hivatal szervezeti egységeként látja el feladatát az ERASMUS+ program támogatásával. A központ fő célkitűzései: a pályaválasztás, az egész életen át tartó tanulás, a nemzetközi mobilitás támogatása, a foglalkoztathatóság elősegítése, nyelvtanulással kapcsolatos tudnivalók közzététele, illetve a magyar és nemzetközi tanácsadási

projektek népszerűsítése. A <https://euroguidance.nive.hu/> honlapon számos információ olvasható az európai képzési lehetőségekről, pályázatokról, ösztöndíjakról, gyakornoki lehetőségekről, illetve az érdeklődők tájékozódhatnak a végzettségek kölcsönös elismeréséről is.

Gap Year

Az ún. „gap year” vagy évkihagyás, a tengerentúlon már régóta elterjedt szokás a fiatalok körében, de egyre népszerűbb az EU tagállamaiban is. A kifejezés mögött egy olyan periódus értünk (általában egy vagy két egész tanévet egyetem/főiskola előtt vagy alapszak és mesterszak között), amely során a fiatalok megszakítják tanulmányaikat és tapasztalatszerzésre, önismeretük fejlesztésére használják fel szabaddá vált idejüket annak érdekében, hogy később érettebb döntést tudjanak hozni tanulmányaik/karrierük irányát illetően.

A kihagyott idő pozitív hatása között említhetjük, hogy a formális oktatás keretein kívül szerzett tapasztalat segítséget jelent a későbbi sikeres tanulmányok, illetve álláskeresés során.

Aki a középiskola elvégzése után közvetlenül nem folytatja tanulmányait, vagy főiskolásként/ egyetemistaként úgy dönt, hogy halaszt egy évet, számos hazai és nemzetközi lehetőség közül választhat, ehhez kívánunk segítséget nyújtani ebben a kiadványban.

Önkéntesség



Önkéntesség alatt olyan munka végzését értjük, amelyet személyes akarat vezérel, közvetlen anyagi haszonnal nem jár, ugyanakkor bizonyos juttatások adhatók itthon és külföldön egyaránt. Az önkéntes munkának számos előnye van: segít megtalálni azokat az ügyeket, feladatokat, amelyek motiválnak, segít orientálódni, ha még nem vagy biztos a tanulmányaid irányát illetően, valamint munkatapasztalatot szerezhetsz, melyet pályakezdőként kamatoztatni tudsz a munkaerőpiacon.

Mielőtt belevágsz, gondold át az alábbiakat:

- Mik a céljaim és az elvárásaim?
- Mennyi időt tudok fordítani önkéntes tevékenységre?
- Milyen jellegű feladatokat szeretnék végezni?
- Milyen készségeimet szeretném kipróbálni, melyek azok, amiket fejleszteni szeretnék?
- Itthon vagy nemzetközi környezetben szeretnék tapasztalatokat szerezni?

2005. évi LXXXVIII. törvény a közérdekű önkéntes tevékenységről:

- <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a0500088.tv>
- <https://www.onkentes.gov.hu/> • <https://futournet.hu/> • <http://www.onkentes.hu/>
- https://www.nonprofit.hu/tudastar/Milyen_juttatasok_adhatok_az_onkentesnek
- <http://www.onkentes.hu/cikkek/kompetencia-portfolio>

Az Iskolai Közösségi Szolgálatról: <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a1100190.tv>

A felsőoktatási hallgatók önkéntes tevékenysége: <https://net.jogtar.hu/jogszabaly?docid=a1100204.tv>



Nemzetközi önkéntesség

Sokan döntenek a külföldi utazás mellett az évkihagyás során. Felmerülhet a kérdés, hogy mi értelme önkéntes munkát vállalni, ha szabadon is lehet utazni. Az utazás költségekkel jár, amit az önkéntes munkáért kapott ellenszolgáltatásból fedezhetünk. A munkatapasztalaton túl megismerhetünk a sajátunktól eltérő kultúrákat, megtanulhatunk csapatban dolgozni, és közben még idegen nyelvet is gyakorolhatunk. A külföldi önkéntes munka vállalása előtt érdemes tisztázni, mekkora anyagi keret áll rendelkezésünkre. A legtöbb külföldi önkéntes program ellátást és szállást nyújt az önkénteseknek, de az utazást és egyéb költségeket az önkéntesek maguk fedezik. Számos lehetőség közül tudunk választani, ha utazás közben egy-egy állomáson önkénteskedni szeretnénk, az alábbiakban a kezdeti lépések megtételéhez szeretnénk segítséget nyújtani néhány program és információs portál bemutatásával.

EVS

Az Erasmus+ program több, nem tanulmányi jogviszonyhoz kötött lehetőséget kínál ifjúsági cserék, tréningek, valamint önkéntesség formájában egyaránt. Az Európai Önkéntes Szolgálat (EVS) egy, az EU által támogatott külföldi önkéntes tevékenység a non-profit szférában, amely a helyi közösségek életébe bekapcsolódva segíti elő a fiatalok informális tanulását. A programban való részvételre egy 17–30 év közötti önkéntesre, valamint egy fogadó és egy küldő szervezetre van szükség. Az érdeklődő számos tématerület között válogathat, rövid (2 hónap) és hosszú távú (max. 1 év) lehetőségek között. Az önkéntesség időtartama alatt a teljes ellátás biztosított. Az önkéntes program során szerzett ismereteket a Youthpass tanúsítvánnyal lehet igazolni.

- www.eplusifjusag.hu/hu/evs/home
- www.youthpass.eu/hu/youthpass

Európai Ifjúsági Portál

Az Európai Bizottság ifjúsági programjait, híreit tartalmazó weboldal, mely a különféle lehetőségek ismertetése mellett, élménybeszámolók formájában mutat be több izgalmas külföldi lehetőséget.

- https://youth.europa.eu/_hu

Eurodesk

Egy európai szintű aktív információszolgáltató hálózat, amely külföldi tanulási lehetőségek és nemzetközi projektek mellett az önkéntességről is információt nyújt.

- www.eurodesk.hu

AFS HUNGARY

Az AFS külföldi tanulási programok mellett önkéntes lehetőségekkel foglalkozik az Európai Szolidaritási Testület keretein belül. Segítségükkel a 17–30 éves korosztály tagjai 2–12 hónapra keresztül végezhetnek önkéntes munkát egy külföldi szervezetnél. Az önkéntesek nem kapnak fizetést munkájukért, ugyanakkor bizonyos támogatásokra jogosultak: a szállás, utazás, étkezés és az egészségbiztosítási kiadások egy részét vagy egészét fedezi a program.

• <https://www.afs.hu/>

WWOOF és HELPX

Két olyan nagy múltú, világszerte jelen lévő hálózatról van szó, mely a kölcsönös csere elvén működve próbál az önkénteskedni vágyóknak alternatívákat kínálni az éves regisztrációs díj befizetését követően. Nagyszerű lehetőség a farmokon és ifjúsági szállásokon végezhető munkák iránt érdeklődőknek. Életkori megkötés nincs, akár barátokkal is tervezhető. A munkáért cserébe szállást és ellátást biztosítanak, csak az utazási költségről kell a résztvevőnek gondoskodnia.

• www.helpx.net • www.woof.net

L'ARCHE

Nemzetközi szövetség, mely az EVS-hez nagyon hasonló, de korhatárhoz nem kötött, hosszútávú együttélésen alapuló, fogyatékkal élőket segítő önkéntes lehetőséget kínál. • www.larche.org

AIESEC

Tíz országban tevékenykedő nemzetközi diákszervezet, mely külföldi önkéntes és gyakorlati lehetőséget kínál. Az önkéntesek szakmai, kultúraközi és társadalmi fókuszú lehetőségek között válogathatnak. A részvétel előzetes felkészítéshez kötött, melynek költségeit a résztvevők viselik. A szervezet célcsoportja a felsőfokú tanulmányait megkezdett, 18–30 év közötti fiatalok. • <http://aiesec.hu>

ENSZ

Az Egyesült Nemzetek Önkéntesei (UNV) elnevezésű szervezet a világ mintegy 130 országában tevékenykedik.

• www.unv.org

Step Together Volunteering

Számos szempont szerinti, célzott keresést lehetővé tevő angol adatbázis.

• www.step-together.org.uk

Nyári önkéntes táborok

Az egyes táborokban különböző országokból érkező, 18. életévüket betöltött önkéntesek dolgoznak együtt azzal a céllal, hogy néhány hetes projekt keretében segítséget nyújtsanak a helyi közösség számára. A programba történő bekapcsolódáshoz számos nemzetközi szervezet hazai képviselőt kínál lehetőséget.

- www.sciint.org
- www.alliance-network.eu

Önkéntes munka az interneten

Ha valaki önkéntes munkát vállalna, de helyhez van kötve, online is végezhet tevékenységeket. Készségeit és szabadidejét az interneten is a társadalom szolgálatába állíthatja. Az interneten ellátható önkéntes feladatok köre a készségek és a szakértelem függvénye. A munka lehet szórólapok szerkesztése, honlapok készítése és karbantartása, szövegek fordítása, videofilmek szerkesztése, adatbázisok tervezése, online közösségi tevékenységek szervezése vagy szoftverek írása.

Cyber Volunteers

Lehetőségek az információs és kommunikációs technológiában jártas önkéntesek számára.

- <http://cyber.icvolunteers.org/prj>

Online önkéntes adatbázisok

- www.onkentes.hu/cikkek/online-onkentes-adatbazisok

További hasznos linkek külföldi önkéntességhez

Cross-Cultural Solutions

Nemzetközi önkéntesség • www.crossculturalsolutions.org

Idealist.org

Önkéntes lehetőségek az egész világon • www.idealist.org

Service Civil International

Önkéntesség a békéért • www.sci.ngo

World Wide Opportunities on Organic Farms

Önkéntes munka biogazdaságokban • www.woof.net

Diákmunka



Ha az évkihagyás alatt munkatapasztalatra szeretnél szert tenni, és ezzel egy kis pénzt is keresnél, akkor a diákmunka ideális megoldás lehet a számodra. Próbáld ki magad különböző cégeknél, ahol hosszabb vagy rövidebb időre is tudsz diákmunkát vállalni.

A diákmunka jellegétől és időtartamától függően különböző szabályok vonatkoznak rád, ezekről időben tájékozódj! Keresd a diákmunkával foglalkozó szervezeteket, ahol pontos tájékoztatást kapsz a munkavállalás szabályairól és lehetőségeidről.



Diákmunka

Számos előnye van a diákmunkának: azon túl, hogy konkrét munkatapasztalatot szerzel vele a kihagyott időszak alatt, melyet később fel tudsz tüntetni önéletrajzodban, anyagi juttatás is jár az elvégzett munkáért. Sokan azért választják ezt a lehetőséget, hogy a későbbi tevékenységeiket finanszírozzák a megkeresett pénzből: például utazást, kurzust, vagy egyetemi tanulmányokat.

A diákok munkavállalása szempontjából elsődlegesen a Munka törvénykönyve (2012. évi I. tv.) a meghatározó.

A rendelet értelmében tanulónak vagy hallgatónak az a személy minősül, aki nappali rendszerű képzésben tanulói vagy hallgatói jogviszonnyal rendelkezik. A tanulói/hallgatói jogviszony a végzősök esetében a diákigazolvány érvényességéig tart, tehát az ehhez kapcsolódó jogokat és kedvezményeket is eddig az időpontig lehet érvényesíteni. Diákmunka vállalásánál a hallgatói jogviszony a tanulói/hallgatói jogviszony igazolás mellett diákigazolvánnyal is bizonyítható, így azok is tudnak diákmunkát vállalni, akik közvetlenül a középiskolai tanulmányok vagy az alapképzés befejezése után a nyarat hasznosan szeretnék eltölteni.

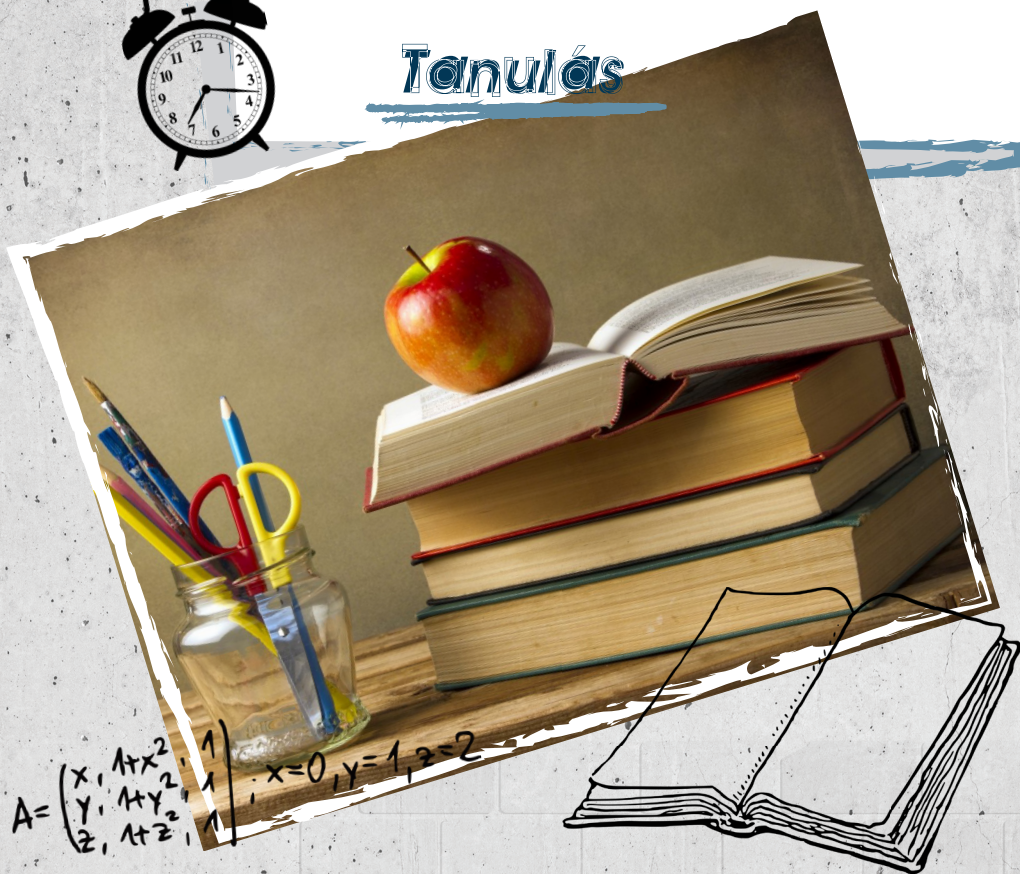
A dolgozni vágyó diákok a környezetükben működő iskolaszövetkezetekben vagy diákszövetkezetekben kereshetnek diákmunkát. A munkavállaláshoz általában a szövetkezeti tagság szükséges, tehát a diáknak be kell lépnie a szövetkezetbe. Az egyes szövetkezetek meghatározhatják, hogy csak az aktív nappali hallgatói jogviszonnyal rendelkezőket vagy évhalasztó, évismétlő hallgatókat is tudnak foglalkoztatni.



- www.furgediak.hu
- <http://ydiak.hu>
- www.minddiak.hu
- www.melodiak.hu
- www.eudiakok.hu
- <http://diakmunka.lap.hu>
- www.profession.hu
- www.careerjet.hu
- www.jobline.hu



Tanulás



$$A = \begin{pmatrix} x & 1+x^2 & 1 \\ y & 1+y^2 & 1 \\ z & 1+z^2 & 1 \end{pmatrix}, x=0, y=1, z=2$$

A felsőoktatási tanulmányok előtti szabad év remek lehetőséget nyújt új készségek, képességek elsajátítására, továbbá egy új szakmába is beletanulhatsz. Ha még nincs szakképesítésed, akár két ingyenes képzést is elvégezhetsz.

Nyelvet tanulni mindig hasznos dolog, ezt akár nyelvtanfolyamon személyesen vagy otthonról, online is megteheted. Sok intézmény szervez távoktatási kurzusokat, melyek előnye, hogy otthonról bővítheted tudásodat vagy szerezhetsz különböző képesítéseket.

Szakmatanulás

Amennyiben az a terved, hogy az érettségit követően 1-2 év alatt „kitanulsz” valamilyen szakmát, akkor feltétlenül látogass el az Innovatív Képzéstámogató Központ oldalára.

Itt nagyon részletes információkat szerezhetsz a tanulható szakmák köréről, tartalmáról, arról, hogy mire leszel képes, ha elsajátítod az adott szakmát, és milyen területeken helyezkedhetsz majd el a megszerzett tudás birtokában. Megtudhatod, hogy az általad választott szakmát melyik oktatási intézményben tudod elsajátítani, illetve mennyi időt vesz igénybe a képzés, milyen ösztöndíjban részesülhetsz, és hogyan építheted rá majd az általad választott szakmára a felsőoktatási tanulmányaidat.

Az érettségi utáni technikus szakképzettség az alaptudás megszerzése és a szakmába való gyakorlati betekintés mellett többletpontokat, vagy akár már teljesített krediteket is jelenthet számodra, amennyiben az adott ágazatban tervezed a felsőoktatási tanulmányaidat.

Ha még nem vagy biztos abban, hogy milyen irányokba is kellene elindulnod, segítséget kaphatsz a Pályaorientációs Portálon található önismereti kérdőívek kitöltésével.

Nyelvtanulás

Amennyiben az évhalasztás mellett döntünk, tanulmányaink folytatásáig elsajátíthatunk egy új nyelvet, vagy elmélyíthetjük meglévő nyelvi ismereteinket. Nyelvvizsgát szerezhethünk.

A nyelviskolák különböző tanulási igényeknek megfelelő kurzusokat hirdetnek, saját céljainknak és tudásunknak megfelelően csatlakozhatunk egyéni, normál, intenzív, szuperintenzív vagy kifejezetten nyelvvizsga előkészítő tanfolyamokhoz is. A legtöbb nyelviskola ajánl lehetőséget külföldi nyelvtanulásra, így az órákon tanultakat kipróbálhatjuk anyanyelvi környezetben is.



- <https://ikk.hu>
- <https://palyaorientacio.nive.hu>

E-learning/távoktatás

Nem csak külföldön, hanem Magyarországon is egyre elterjedtebbé és népszerűbbé válnak az ún. e-learning lehetőségek (elektronikus tanulás, távoktatás), amelyek a tanuláshoz és a tananyag feldolgozásához különböző számítógéppel támogatott, internet alapú eszközöket használnak. Ez a fajta oktatási forma lassan a magyarországi felsőoktatási képzési kínálatokban is megjelenik, a nyugat-európai egyetemeken viszont már nem számít újdonságnak.

A képzések lehetnek tandíjasak, de akár ingyenes online kurzusokon is részt vehetünk. A képzésre vagy tanfolyamra való jelentkezés előtt mindenképpen bizonyosodjunk meg arról, hogy milyen végzettséget szerezhetünk. Az online tanfolyamok többsége ugyanis nem feltétlenül ad végzettséget, ám új és modern tudást szerezhetünk egy-egy témában, ráadásul a saját időbeosztásunk szerint.

Az e-learning alapú, távoktatási képzések kereséséhez kiindulópontnak használhatjuk a felsőoktatási intézmények honlapjait: www.felvi.hu

Külföldi intézmények távoktatási lehetőségeinek adatbázisa:

- www.distancelearningportal.com
- www.openculture.com/freeonlinecourses
- <https://www.open.ac.uk/courses>
- www.mooc-list.com
- www.coursera.org
- <https://www.udemy.com/>
- www.alison.com
- <https://learn.microsoft.com/hu-hu/training/>
- <https://www.linkedin.com/learning/>
- <https://www.edx.org/>



- www.duolingo.com
- www.busuu.com/enc
- www.memrise.com
- www.bbc.co.uk/languages
- www.learnalanguage.com
- www.openculture.com/freelanguagelessons
- www.free-english-study.com
- www.italki.com
- <https://webuni.hu/>
- <https://nyitok.hu>



Erasmus+



**Az Európai Unió
társfinanszírozásával**

Nemzeti Szakképzési
és Felnőttképzési Hivatal
Euroguidance Magyarország
1089 Budapest, Kálvária tér 7.
Web: <https://euroguidance.nive.hu/>
E-mail: eg@nive.hu

Ez a projekt az Európai Bizottság pénzügyi támogatásával jött létre. A kiadvány a szerző nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem vonható felelősségre az abban foglaltak bármilyen felhasználásáért.

Kiadja:
Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Hivatal
– Euroguidance Magyarország
Felelős kiadó: az NSZFH elnöke
Grafikai tervezés, nyomdai előkészítés és kivitelezés:
NSZFH Digitális nyomda
2025