



# GHID DE ORIENTARE: Cum cauți un loc de muncă pe platformele oficiale



*„Informarea corectă este primul pas către  
obținerea unui loc de muncă.”*





## De ce este important să folosim platforme oficiale?

Căutarea unui loc de muncă sau a unui stagiu de practică începe cu alegerea sursei potrivite. Platformele oficiale (naționale sau internaționale) îți oferă:

### Siguranță

- Firmele sunt verificate, reducând riscul de fraude sau anunțuri false.

### Legalitate

- Joburile respectă Codul Muncii (important mai ales pentru minori: program redus, protecție sporită).

### Relevanță

- Găsești oportunități specifice profilului tău (internship-uri, ucenicie, joburi de vară).

## Platforme oficiale pentru căutarea locurilor de muncă

### **Portalul oficial al locurilor de muncă – ANOFM (Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă)**

Cea mai importantă platformă oficială pentru căutarea locurilor de muncă în România este portalul Agenției Naționale pentru Ocuparea Forței de Muncă.

- Locuri de muncă disponibile în toată țara
- Locuri de muncă pentru persoane fără experiență
- Oferte pentru diferite niveluri de studii
- Servicii gratuite de mediere

 ANOFM: <https://www.anofm.ro/locuri-de-munca-vacante/>

<https://www.anofm.ro/categorie/burse-ale-locurilor-de-munca/>





## **Portal european de locuri de muncă – EURES**

Platforma europeană de ocupare oferă locuri de muncă în România și în Uniunea Europeană.


Este utilă pentru:

- locuri de muncă în UE
- informații despre muncă în străinătate
- condiții de angajare în alte state

 EURES: [https://eures.europa.eu/eures-campaign-2025-your-career-takes-you-places\\_ro](https://eures.europa.eu/eures-campaign-2025-your-career-takes-you-places_ro)

## **Portalul Guvernamental pentru servicii publice**

Include informații despre ocuparea forței de muncă și servicii publice relevante.

 Guvernul României: <https://posturi.gov.ro/>

## **Platformă specializată pentru tineri - Stagii de practică și internship-uri tehnice sau de business, perfecte pentru elevi/studenți**

 <https://www.stagiipebune.ro/home/>

## Alte platforme de joburi utile

- eJobs – <https://www.ejobs.ro/>
- BestJobs – <https://www.bestjobs.eu/>
- Hipo – <https://www.hipo.ro/>
- LinkedIn Jobs – <https://www.linkedin.com/jobs>
- Jooble - <https://ro.jooble.org>
- Adecco - <https://www.adecco.com/ro-ro>
- Jobzz - <https://jobzz.ro/>





## Pași practici pentru o căutare eficientă

### Pasul 1: Folosește cuvinte-cheie potrivite

Nu căuta doar "job". Folosește termeni care filtrează rezultatele pentru vârsta și experiența ta:

- *Exemple:* „fără experiență”, „part-time”, „elev”, „internship”, „lucrător sezonier”.

### Pasul 2: Filtrarea rezultatelor

Setează filtrele de locație (orașul tău) și tipul contractului. Pentru elevi sub 18 ani, legea prevede un program de maximum **6 ore pe zi** (30 ore pe săptămână).

### Pasul 3: Analiza anunțului

Înainte de a aplica, verifică:

- **Cerințele:** Ai abilitățile cerute (ex: engleză, operare PC)?
- **Responsabilitățile:** Ce va trebui să faci concret în fiecare zi?
- **Beneficiile:** Pe lângă salariu, oferă training sau decontarea transportului?

## Cum recunoști un anunț de încredere?

### ✚ *Transparența totală:*

Firma are o identitate clară (nume, site web, adresă fizică, prezență pe rețele profesionale precum LinkedIn) și oferă detalii specifice despre sarcinile de lucru, nu doar promisiuni vagi de „câștiguri mari”.

### ✚ *Respectul pentru lege:*

Angajatorul menționează clar că angajarea se face cu contract de muncă și respectă limitările de vârstă și program pentru elevi (maximum 6 ore/zi pentru cei sub 18 ani).

### ✚ *Comunicarea profesională:*

Procesul de selecție este structurat (interviu, prezentarea echipei) și nu implică niciodată solicitarea de bani (taxe de dosar, cursuri plătite obligatorii sau echipamente pe care trebuie să le cumperi tu înainte de angajare).

**Dacă o ofertă sună „prea bine ca să fie adevărată” (bani mulți pentru muncă minimă sau zero cerințe), probabil că nu este sigură. O firmă de încredere investește în tine, nu îți cere să investești tu bani în ea.**