



Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

Ghid de carieră

ÎN CERCETARE 2025/2026





Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

www.reallygreatsite.com



INTRODUCERE

Acest ghid oferă pași clari și practici pentru dezvoltarea unei cariere în cercetare, bazându-se pe instrumentele și resursele disponibile pe platforma europeană EURAXESS.

<https://cecoveest.uvt.ro>



Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

CE ESTE EURAXESS ȘI DE CE SĂ-L FOLOSEȘTI

EURAXESS este o inițiativă a Comisiei Europene care sprijină cercetătorii în toate etapele carierei lor, oferind joburi, finanțări, informații despre mobilitate și o rețea extinsă de centre de suport.

<https://cecoveest.uvt.ro>





Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

www.reallygreatsite.com

PASUL 1:AUTOEVALUAREA

Folosește Career Orientation Tool pentru a identifica valorile, competențele și direcțiile de dezvoltare. Rezultatul este o hartă personală a priorităților și o listă de obiective de carieră.

Link:

<https://euraxess.ec.europa.eu/career-development/researchers/career-orientation-tool>

<https://cecocvest.uvt.ro>





Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

PASUL 2: CREEAZĂ-ȚI PROPRIUL TĂU DRUM

1.Creează-ți cont pe EURAXESS:

<https://euraxess.ec.europa.eu/user/login>

2.Caută oportunități de joburi & fellowshipuri:

<https://euraxess.ec.europa.eu/jobs>

3.Pregătește-ți documentele de aplicare la
oportunitate.

<https://cecocvest.uvt.ro>





Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

www.reallygreatsite.com

PASUL 3: PREGĂTEȘTE-ȚI DOCUMENTELE

- Redactează-ți CV-ul folosind platforma EUROPASS: <https://europass.europa.eu/ro/create-europass-cv>
- Redactează o scrisoare de intenție special pentru oportunitatea respectivă;
- Dacă ai publicații, fă o listă cu acestea și enumăre-le în CV;
- Adună 2-3 recomandări de la cadre didactice cu care ai lucrat și pune-le în dosarul de aplicare;
- Propunerea de cercetare.

<https://cecoveest.uvt.ro>

PASUL 4: APLICĂ!

Folosind dosarul creat la pasul 3, aplică pentru oportunitatea pe care ți-o dorești, dar nu uita să citești și:

- European Charter for Researchers & Code of Conduct for the Recruitment of Researchers
- Pro tip*: Încearcă să găsești instituții cu HR Excellence in Research (HRS4R)
-





Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

www.reallygreatsite.com

PASUL 5: PREGĂTEȘTE-TE SĂ ÎȚI APERI PROPUNEREA

Micro-probe cerute des

- Research statement (concis, ipoteze, metodă, impact)
- Teaching/mentoring statement (dacă e cazul)
- Plan de dezvoltare (aliniere la Carta & training)
- Diversitate & incluziune (unde e solicitat)



<https://cecoveest.uvt.ro>

PASUL 6: MOBILITATE & MUTARE: REȚEAUA DE EURAXESS SUPPORT CENTRES

Cauta EURAXESS Support Centres la destinație;
primesc solicitări și te ghidează procedural. Serviciile
sunt gratuite, pentru cercetători și familii.

Citește pagina de la ȚARA în care te muți, vezi
exemplu aici:

[https://www.euraxess.gov.ro/romania/information-
assistance](https://www.euraxess.gov.ro/romania/information-assistance)

<https://cecovest.uvt.ro>





Finanțat de
Uniunea Europeană
NextGenerationEU



Planul Național
de Redresare și Reziliență

www.reallygreatsite.com



PASUL 7: CONTINUAREA TRASEULUI TĂU

În funcție de oportunitățile identificate, fiecare drum este unic.

Rămâne să vezi în ce măsură dorești să îți continui traseul profesional.

Întoarce-te la punctul 1 și ia-o de la capăt - încotro?

<https://cecoveest.uvt.ro>

ROADMAP GHID

Faza 1 – Orientare (0–3 luni)

- Completezi Career Orientation tool; îți faci My EURAXESS; setezi alerte.

Faza 2 – Explorare (3–6 luni)

- Aplici la 3–5 joburi/hosting; discuți cu potențiali supervizori; verifici HRS4R la instituțiile țintă.

Faza 3 – Mobilitate (6–12 luni)

- Formalizezi acord de găzduire; pregătești viză/permis (dacă e cazul) cu suportul Support Centre.

Faza 4 – Tracțiune (12–24 luni)

- 2–3 livrabile majore (articole/preprinturi), 1–2 aplicații de finanțare listate pe portal; training & mentoring.

Faza 5 – Consolidare (24–36 luni)

- Țintești roluri mai avansate sau burse individuale; negociezi condiții în spiritul Charter & Code





AI NEVOIE DE SPRIJIN?

Unde ne găsiți?



E-mail: cecoco_vest@e-uvt.ro



LinkedIn: [Cecoco Vest | LinkedIn](#)



Instagram: [CeCoCe-Vest \(@cecoco_vest\)](#)



(Twitter): [Cecoco Vest \(@CecocoVest\) / X \(twitter.com\)](#)



Site: <https://cecocovest.uvt.ro/>