

CONSELLS PER LA CERCA DE FEINA



SERVEI D'Ocupació MUNICIPAL DE L'INSTITUT DE PROMOCIÓ ECONÒMICA DE PALAFRUGELL



ORGANITZACIÓ I PLANIFICACIÓ

Buscar feina és una feina.

Cal dedicar-hi temps i portar un control. Per millorar els resultats anota les gestions i avenços que vas fent, així com els contactes que hagis establert. Et recomanem que creïs la teva agenda de cerca de feina, pot ser en paper o digital, lo important és que et sigui útil a tu.

ACTITUD POSITIVA I CONSTANT

Durant la cerca poden venir moments de desmotivació.

És normal, però caldrà anar-ho afrontant per assolir el nostre objectiu. El camí per trobar feina no sempre és curt i hem d'estar preparats per aprendre de les diferents situacions que ens trobem i dels nostres errors, així podrem continuar sense defallir.



OBJECTIU PROFESSIONAL

Tenir clar d'allò que volem treballar.

Cal que el nostre objectiu sigui clar i realista. De vegades la necessitat econòmica ens pot portar a treballar en altres feines, però això no és incompatible amb continuar cercant i formant-nos per trobar la feina que volem.

DEDICA TEMPS A PENSAR COM ETS

Fer-nos preguntes del tipus : Com sóc? Què sé? Què sé fer? Què puc fer?

Ens permetrà saber quins són els nostres punts forts. Recull la teva formació, experiència i sobretot quines són les teves competències i habilitats, aquestes últimes poden marcar la diferència.



EL MERCAT DE TREBALL

És important tenir en compte la realitat del mercat de treball.

Quins sectors ocupen a més persones en el teu territori? Què demanen les empreses? Quins coneixements i competències es demanen segons cada professió? Són preguntes que ens poden ajudar a enfocar la cerca amb èxit.

Acció realitzada per L'Agent d'Ocupació i Desenvolupament Local (AODL) està subvencionada pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i l'FSE en el marc dels Programes de suport al desenvolupament local

CONSELLS PER LA CERCA DE FEINA



SERVEI D'OCCUPACIÓ MUNICIPAL DE L'INSTITUT DE PROMOCIÓ ECONÒMICA DE PALAFRUGELL



LA CARTA DE PRESENTACIÓ

Acompanya al teu currículum i potencia la teva candidatura.

En aquesta pots subratllar els punts forts i el teu interès pel lloc o l'empresa a la qual t'adreces. Hi ha models que et poden servir d'exemple, però caldrà que les adaptis a les teves necessitats.



L'ENTREVISTA DE FEINA

Es pot preparar...

Has arribat a l'entrevista. És el teu moment perquè l'empresa vegi que els hi pots oferir. Recorda és important el que dius però també el que no dius, cuida la teva imatge.

Cerca informació sobre l'empresa i les característiques del lloc al qual optes.

Després revisa la teva experiència i coneixements relacionant-los amb el lloc de feina, repassa el currículum i identifica els teus punts forts com a candidat. I els punts febles? Què fas per compensar-los?



PREPARA UN BON CURRÍCULUM

Aquesta és la primera imatge que l'empresa té de tu.

Per això és important dedica-li temps. Recordeu que no hi ha un sol currículum, cal que l'adaptem a l'oferta a la qual ens presentem.

Cal tenir-lo sempre a punt, per si es presenta l'ocasió.



ON CERCAR FEINA?

Quins són aquells canals que més s'adeqüen al teu sector o perfil professional?

Xarxa personal, serveis d'ocupació, mitjans de comunicació, empreses de treball temporal, empreses de selecció, col·legis professionals, universitats, fires, congressos i nous mitjans: Internet, xarxes socials, borses online... Mira on es publiquen les ofertes que t'interessen. A les xarxes socials dona una imatge professional i no et limitis a la informació més bàsica, segueix a les persones més influents del teu àmbit professional i publica informació.



MOU-TE

Si has arribat fins aquí posa't en marxa!

Estigues atent/a al teu voltant i procura mantenir-te al dia, recorda formar-te i mantenir actualitzats els teus coneixements en el teu àmbit professional. Estigues el més a prop possible dels entorns i espais propers a la feina que desitges: activitats, xerrades, fires...

Crea oportunitats!

Acció realitzada per L'Agent d'Ocupació i Desenvolupament Local (AODL) està subvencionada pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya i l'FSE en el marc dels Programes de suport al desenvolupament local