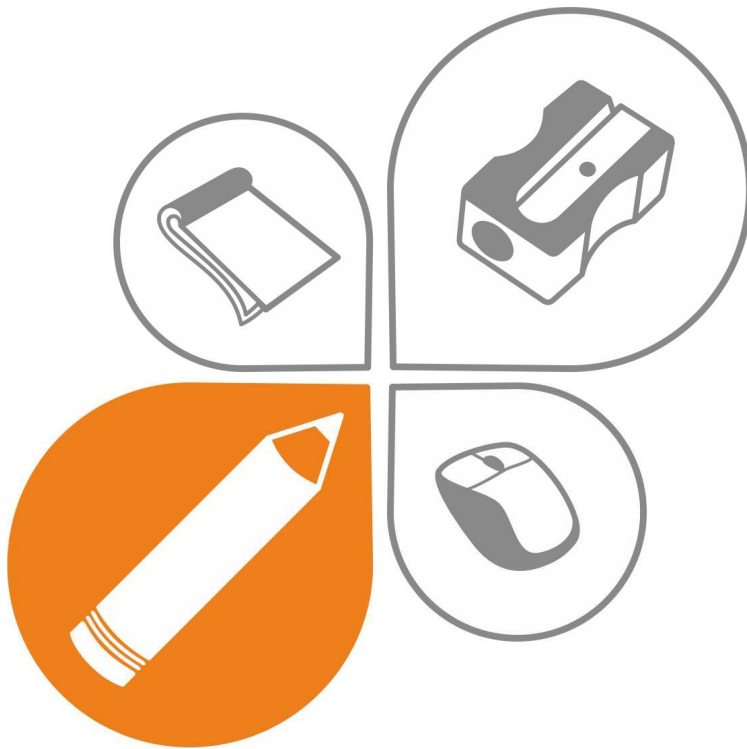


Carta de presentació i currículum

Quadern de treball alumnat. Versió Avançada



Recursos web

www.bcn.cat/treball

www.oficinadetreball.gencat.cat

El Projecte de Vida Professional us ajudarà a desvetllar les vostres motivacions professionals i conèixer la formació més adequada als vostres interessos i competències.

L'espai Porta22 és un centre de Barcelona Activa, que té com a objectiu oferir suport i recursos sobre:

- L'orientació acadèmica i professional
- La recerca de feina
- La millora i desenvolupament de competències clau
- El foment de l'esperit emprenedor

Porta22 es troba a C/ Llacuna, 162 (Barcelona); en horari de dilluns a divendres, de 9:00 a 20:00h.



Per què és important elaborar un currículum i una carta de presentació?

La carta de presentació i el currículum seran el vostre instrument de màrqueting personal. Per tant, hauran d'atraure l'atenció i suscitar l'interès de qui els llegeix, despertar el desig de conèixer-vos i, com a resultat final, aconseguir que l'empresa que els rep, us convoqui per a fer una entrevista de feina.



1. El meu propi currículum i la carta de presentació

Coneixeu els models de currículum? Sabeu per on heu de començar? Sabeu com fer-ho per a destacar? Sabeu quins són els apartats que ha de tenir una bona carta de presentació? Com cal respondre a una oferta de feina? De quina manera es presenta una autocandidatura?

Al llarg d'aquesta sessió us proposem que elaboreu el vostre currículum i la vostra carta de presentació.

a) Coneixeu els diferents models de currículum

Consulteu a www.bcn.cat/treball els diferents models de currículum. D'aquesta manera, podreu triar el model més adequat al vostre perfil i a la vostra trajectòria formativa i professional.

RUTA:

Eines de recerca de feina

Eines > CV i Carta > Currículum > Documents
(models de currículum)



Anoteu aquí característiques d'aquests tipus de currículums:

b) Comenceu a elaborar el vostre propi currículum

Penseu una empresa o un tipus d'empresa on us agradaria treballar. Després, ompliu els camps que trobareu a continuació amb la vostra informació personal.

Feu un esborrany i compareu-lo amb els models de currículum que trobareu a www.bcn.cat/treball.



> **A quin tipus d'empresa i lloc de feina va adreçat el currículum?**

Tipus d'empresa:

> **Dades personals**



> **Objectiu professional**

> **Formació acadèmica**

> **Formació complementària**

> **Idiomes**



> Informàtica

> Experiència professional

> Altres dades d'interès

> Competències clau



c) Punts forts i punts febles dels currículums

Analitzeu com a mínim dos currículums i anoteu els punts forts i els punts febles a la taula següent, per a la posada en comú posterior.

> **Punts forts**

> **Punts febles**

d) La carta de presentació

Una carta de presentació és una carta que enviem a una empresa on ens agradaria treballar per a donar-nos a conèixer. Junt amb el currículum, la carta de presentació és el que ens pot facilitar aconseguir una entrevista de feina.

> **Estructura de la carta de presentació**

Penseu, amb els vostres companys, cinc tipus d'informacions o seccions que ha de tenir una carta de presentació i apunteu-les en aquest espai:



e) Corregiu cartes de presentació

Us presentem dos models de cartes; un correspon a una carta en resposta a una oferta de feina i l'altre és una carta per a presentar una autocandidatura. Afegiu-hi les correccions que considereu necessàries.

També heu de posar-vos en el lloc de l'empresa que rep aquesta carta i descriure la impressió que tindríeu d'aquest candidat.

e.1) Carta d'autocandidatura

<p>Cristian Gómez Pérez C/Diputació, 45 1r 2a 08001Barcelona</p>
<p>NESTLÉ Responsable de Recursos Humans Av. Països Catalans, 33 08015 Esplugues de Llobregat</p>
<p>Estimat /da senyor/a:</p>
<p>Em dirigeixo a vostè per manifestar-li el meu interès per formar part de l'equip de la seva empresa. Tinc experiència i més de deu anys de vida laboral.</p>
<p>Em considero una persona responsable, entusiasta, organitzada i motivada. Aprenc ràpid i per aquest motiu crec que puc ser d'utilitat a la seva empresa.</p>
<p>Adjunto el meu CV i, agraint la seva atenció, estic a la seva disposició en els telèfons o e-mail indicats en el CV.</p>
<p>Una cordial salutació</p>

Impressions sobre aquesta carta



e.2) Carta en resposta a un anunci

Cristian Gómez Pérez
C/Diputació, 45 1r 2a
08001 Barcelona

NESTLÉ
Responsable de Recursos Humans
Av. Països Catalans, 33
08015 Esplugues de Llobregat

En resposta a l'anunci aparegut al País el passat dia 10 de març, li adjunto el meu currículum i una fotografia, tal i com s' indicava. Amb aquesta carta els faig arribar el meu currículum per si fos del seu interès.

Vostès desitgen trobar per aquest lloc de feina una persona diplomada en Empresarials. Per la meva formació i la meva experiència professional crec estar capacitat per ocupar la plaça que ofereixen.

Amb l'objectiu de comentar algun aspecte de la meva formació o de la meva experiència, sol·licito una entrevista i la possibilitat de participar en les diferents proves de selecció.

A l'espera de notícies seves, aprofito per saludar-los atentament,

Impressions sobre aquesta carta



f) El vostre model de carta de presentació

Finalment, elaboreu el vostre model de carta de presentació



2. La nostra candidatura

Sabeu com fer més atractiva la vostra candidatura? Coneixeu totes les formes possibles de presentar el vostre currículum?


La millor manera de donar-nos a conèixer com a candidats/es és fent una bona selecció de la informació que volem transmetre, que aquesta sigui clara i coherent i saber mostrar el nostre VALOR AFEGIT respecte a altres candidats/es.

a) El videocurrículum

Primer, visualitzarem un videocurrículum a través del web www.bcn.cat/treball que us servirà d'inspiració per a preparar-vos el vostre "discurs de venda" a través de la tècnica anomenada Elevator pitch.

El videocurrículum és una bona eina de diferenciació i de valor afegit davant dels altres candidats/es utilitzant la venda personal mitjançant la imatge i amb un durada no superior als 3 minuts.

RUTA:
Eines > CV i Carta > Currículum > Enllaços d'interès > Tumeves



b) L'elevator Pitch

A continuació, heu de preparar a nivell individual, una petita presentació de la vostra trajectòria acadèmica i professional (CV) i heu de pensar en un lloc de treball que us agradaria ocupar en una empresa.

Elaboreu el discurs seguint les següents pautes. A continuació, tindreu **60 segons** per explicar-ho a la resta del grup:

- > Qui sóc?
- > Què faig?
- > Quins són els meus punts forts (aspectes que em diferencien d'altres candidats)?



Feu el vostre propi guió

- >
- >
- >
- >
- >

b.1) Anàlisi de l'Elevator Pitch

Anoteu les vostres observacions sobre com creieu que estan fent les presentacions els vostres companys i companyes per poder, així, comentar-ho en finalitzar l'experiència.



c) Les xarxes socials professionals


Aquestes xarxes tenen l'objectiu de fomentar el networking i la interrelació entre diferents professionals que es registren en elles per tal de donar-se a conèixer com a professional i/o establir contactes amb altres professionals. Cada cop són més les empreses que utilitzen aquestes xarxes com a font de reclutament i selecció de candidats/es.

LINKEDIN és la xarxa social professional amb major nombre d'usuaris registrats i una de les més actives que existeix en quant a serveis i utilitats per a la recerca de feina.

A continuació, us facilitarem un usuari de prova i paraula de pas, perquè cadascun de vosaltres navegui lliurement per a la **xarxa LinkedIn** i conegui els serveis i utilitats de la mateixa.

NAVEGAR PER A LINKEDIN

▶ RUTA:
Eines > Canals de recerca de feina > Escull una de les següents opcions > Networking > Veure > Enllaços d'interès > LinkedIn



Recordeu: Que si us voleu donar d'alta a LinkedIn i crear el vostre perfil professional, haureu de seguir els següents passos:

- 1- Necessiteu tenir un compte de *correu electrònic*. Si no teniu, l'heu de crear.
- 2- Omplireu uns camps de dades que configuraran el vostre *perfil professional*.
- 3- Busqueu quins dels *vostres contactes de correu electrònic* estan ja a LinkedIn.
- 4- *Editeu el vostre perfil*: Nom + Titular professional + Ubicació + Sector

>En poques paraules

Per acabar la sessió, feu un breu resum dels aprenentatges:

Avui he après (anoteu els temes que hem tractat i heu après)	Aspectes que ja coneixia o m'havien explicat	Aspectes nous	Aspectes que m'han semblat especialment interessants
En síntesi, em cal recordar especialment:			