



# MÒDUL D'ORIENTACIÓ PROFESSIONAL I DESENVOLUPAMENT COMPETENCIAL

Auxiliar de manteniment  
i reparació de bicicletes



# Què hem fet i què ens queda?

Sessió 1

Marc competencial. Autoconeixement i coneixement de l'altre

Sessió 2

Competències comunicatives

Sessió 3

El treball en equip

Sessió 4

Competències organitzatives i gestió de conflictes

Sessió 5

El mercat laboral i els processos de recerca de feina

Sessió 6

Processos de selecció

Sessió 7

Emprenedoria i ESS



# Què treballarem?

- Anàlisi el mercat laboral actual.
  - Els reptes del mercat laboral del futur.
  - El mercat social de l'Economia Social i Solidària.
- La recerca de feina
  - Els canals de cerca
  - La meva xarxa de contactes
  - El CV





**El mercat laboral: Vida o capital?**

# El mercat laboral i les seves circumstàncies

S'està treballant en un **entorn canviant i amb necessitat d'adaptació** continua marcada per diferents circumstàncies relacionades amb:

- La internacionalització i globalització.
- La tecnologia aplicada en qualsevol activitat de l'empresa: automatismes, digitalització, etc.
- Internet de les coses i la utilització de dades per a prendre decisions.
- Noves formes de comunicació i de relacions de l'empresa amb l'exterior i amb les persones de l'interior.
- Augment de canvis d'activitat en el lloc de treball i mobilitat espacial.
- Major atenció a la diversitat: funcional, generacional o cultural.
- Foment del treball col·laboració i espais compartits.



# El sector empresarial parla

**La tecnologia i les professions lligades a ella** oferiran oportunitats de feina. Una de les característiques de l'àmbit tecnològic és la rapidesa en la que sorgeixen **noves professions** i la necessitat dels seus professionals d'estar en **contínua formació**.

Els sectors on que es preveu que oferiran majors oportunitats els propers anys són:



## **Gestió de dades i IA:**

Es requeriran especialistes en informàtica, gestió de dades, sistemes de xarxes...per cobrir la demanda d'aquesta tecnologia que s'està estenent en els diferents entorns professionals.



## • **Mobilitat i**

**logística:** Engloba el conjunt de perfils vinculats a les compres i aprovisionament d'indústries i empreses, **gestió de mercaderies**, manteniment i reparació d'instal·lacions o **mitjans de transport** i la regulació i **gestió de la mobilitat urbana**.



## • **Sector financer:**

La banca digital, el pagament mòbil o la gestió de serveis financers innovadors.



# El sector empresarial parla



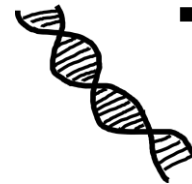
- **Economia de les cures:** L'envelliment de la població farà necessari que hi hagi professionals preparats per cobrir les necessitats d'aquest grup de població i oferir-servis a mida.



- **Turisme:** Gran varietat de perfils professionals lligats a aquest sector: feines en bars, restaurants o hotels, i també, els planificadors de destinacions turístiques o especialistes en portals de viatges.



- **Transició ecològica:** El sector del medi ambient inclou diferents subsectors com el d'energies renovables, noves energies o gestió del medi ambient. Economia circular.



- **Biotecnologia** Lligat a la biologia i la tecnologia ofereix oportunitats en l'àmbit de d'investigació, R+D (Recerca, desenvolupament i Innovació), indústries agràries i alimentàries, investigació sanitària o l'indústria farmacèutica.





# Les competències transversals i el mercat laboral

Les competències transversals tenen una gran importància en el mercat laboral actual, per diversos motius:

- Perquè el **mercat laboral actual es caracteritza pel canvi**: llocs de treball temporals, canvis d'ubicació, polivalència en les ocupacions, reciclatge continu i necessitat d'actualització constant, etc.
- Un indicador d'aquest canvi el podem trobar en el **currículum europeu**, al qual es recomana incorporar aquesta altra cara del **capital competencial de la persona**, ara ja s'acostumava a introduir en els currículums.





# Les competències transversals i el mercat laboral

Les competències transversals tenen una gran importància en el mercat laboral actual, per diversos motius:

- Es tracta de recuperar el “**currículum ocult**”, partint del reconeixement dels aprenentatges i les experiències realitzades.
- A través de la recuperació de les **competències transversals adquirides durant l'experiència** no reconeguda dins la trajectòria vital, serà possible identificar nombroses competències perfectament **transferibles** a l'entorn laboral i a ocupacions.



# El sector empresarial parla

*Per a les empreses és necessari que la persona tingui capacitats tècniques o de tipus professional però, al voltant del segle XXI, és imprescindible tenir habilitats personals per a donar resposta i resoldre amb èxit l'activitat laboral en qualsevol tipus d'ocupació. És per aquest motiu que guanya tanta importància la valoració de les competències personals per al desenvolupament d'un treball i per tant, a la selecció de treballadors/es”*

**Cambra de Comerç.**

*“Quan parlem de mercat de treball ho fem no només en relació a l'ocupació, és a dir, als llocs de treball que sembla que es crearan arran de la digitalització; sinó també en relació als canvis que aquesta portarà en les formes de contractació i en la formació. Si ens centrem en l'ocupació, un estudi realitzat per **Randstad Research** preveu d'aquí a 2022, la creació de 1,25 milions de llocs de treball a Espanya lligats a professions”.*

**STEM (ciència, tecnologia, enginyeria i matemàtiques).**



# El sector empresarial parla de competències transversals

Ens trobem amb una necessitat del mercat laboral d'una base teòrica que clarament ve determinada pel propi sistema educatiu, però també es requereixen clarament una sèrie de competències transversals que la complementin, com les que identifica el mateix estudi de **Randstad Research** (Competències més demandades al 2020):

- Resolució de problemes
- Pensament crític
- Creativitat

- Gestió de persones
- Coordinació
- Intel·ligència emocional

- Presa de decisions
- Orientació de servei
- Negociació
- Flexibilitat cognitiva





# **INTERROGANTS SOBRE EL MERCAT LABORAL DEL FUTUR**

---



# Reptes del mercat laboral del futur

**LA QUARTA REVOLUCIÓ INDUSTRIAL**: Automatització, la robotització, i d'altres varis, lligats tots a la Intel·ligència Artificial (IA) i als seus derivats com el *digital twin*, la internet de les coses (IdC) o la impressió en 3D.

Què passarà d'aquí a vint anys  
amb el mercat de treball?



Gran incertesa entre la  
població, i probable  
important pèrdua de llocs de  
treball.



# La majoria de feines, tal com les coneixem avui, desapareixeran?

- Fins al 30% dels llocs de treball, podrien acabar sent desenvolupats per màquines d'IA, segons un estudi de **PriceWaterhouseCoopers**.
- I un altre, elaborat per la **Generalitat de Catalunya**, eleva el percentatge fins al 35%. I la realitat d'aquest procés ja l'estem començant a veure, per exemple, en un sector tant important per a l'ocupació al nostre entorn, com és el de l'automoció.



# La majoria de feines, tal com les coneixem avui, desapareixeran?

Reducció de les necessitats de participació humana.

Noves feines o professions: Totes les que es deriven del *big data analítics* o les relacionades amb l'eficiència energètica

Alt nivell d'especialització, no a l'abast de tothom

Pèrdua de moltes feines tradicionals

Alta taxa d'atur

Canvis profunds en temes legals i socials





# Interrogants del futur

- Quants llocs de treball es perdran?
- Quines seran les professions que no podran ser substituïdes per les màquines?
- Pagaran impostos els robots?
- Caldrà una renda garantida digna per als treballadors i treballadores que no puguin reciclar-se i tornar al mercat laboral?
- Com mantenir l'estat del benestar?



# Interrogants del futur.... ...no hi ha res segur

Hi ha moltes dades, algunes, fins i tot contradictòries, però no hi ha cap pronòstic cert, més enllà d'afirmar que cada dia és més difícil posar en dubte que som davant d'una nova etapa de grans reestructuracions en el mercat laboral, i que **si li apliquem una visió només econòmica, el canvi de model crearà moltes persones perdedores.**





**IDEAS CLAU PER UN  
MODEL  
SOCIOECONOMIC  
CENTRAT EN LA VIDA  
I NO EN EL CAPITAL**

---





# **Què és l'Economia Social i Solidaria?**

<https://www.youtube.com/watch?v=4YWVrYoEdeU>

# Un model social

Ens calen noves i altres formes d'actuar -creatives, inspiradores, col·lectives- que ens permetin fer front a la crisi sòcio-ecològica que vivim i amb les que puguem dur a terme les **activitats productives, reproductives i de cures** que necessitem, sense malmetre el nostre entorn natural, i reconeixent i respectant les diferents formes de vida.

**La Xarxa d'Economia Social de Catalunya defineix el mercat social com:**

*“... la plasmació pràctica d'un circuit econòmic i de satisfacció de necessitats basat en els principis de l'Economia Social i Solidària (ESS). La idea és que, en les diferents esferes del cicle econòmic -producció, finançament, comercialització i consum-, tots els agents actuïn sota principis de democràcia i transparència, compromís socioambiental, i enfocats a les necessitats humanes en comptes de l'afany de lucre. La construcció de Mercat Social es basa en la potenciació dels intercanvis i flux econòmics entre organitzacions i persones consumidores de l'ESS.”*



# Economia Social i Solidària (ESS)

- És un **moviment social** i un **conjunt de pràctiques socioeconòmiques** alhora.
- Com a moviment, formula una **proposta política de transformació social** a través de la democratització de l'economia, l'autogestió del treball, la prioritització de les persones per sobre del capital i les relacions basades en la cooperació i la sostenibilitat de la vida.



# Economia Social i Solidària

És el conjunt d'iniciatives socioeconòmiques, formals o informals, individuals o col·lectives, que prioritzen la satisfacció de les necessitats de les persones per sobre del lucre.

També es caracteritzen perquè són independents respecte als poders públics, actuen orientades per valors com l'**equitat**, la **solidaritat**, la **sostenibilitat**, la **participació**, la **inclusió** i el **compromís amb la comunitat**, i també, són promotores de canvi social

Es poden classificar en dos àmbits:

- L'economia socioempresarial
- L'economia sociocomunitària





# Economia Social i Solidària

Prioritza la satisfacció de necessitats per sobre del lucre

Aposta per la propietat col·lectiva i la gestió democràtica

Té funcionament participatiu

Es compromet amb la comunitat, la sostenibilitat ambiental i l'equitat de gènere

Aposta per la transformació de l'economia i la societat

Model alternatiu davant les creixents desigualtats i les conseqüències socials i mediambientals del model de desenvolupament actual.



Un model que combina dues dimensions que sovint semblen contradictòries: l'economia i la societat.



No és una economia exclusiva per als col·lectius més vulnerables, **l'ESS és una opció per a tothom**



És el conjunt d'activitats empresarials motivades per un objectiu social fort i la voluntat dels seus membres per desenvolupar el seu projecte econòmicament viable. Es tracta de posar l'economia al servei de la societat.



# L'ESS vol superar el capitalisme modificant l'objectiu de l'activitat econòmica:

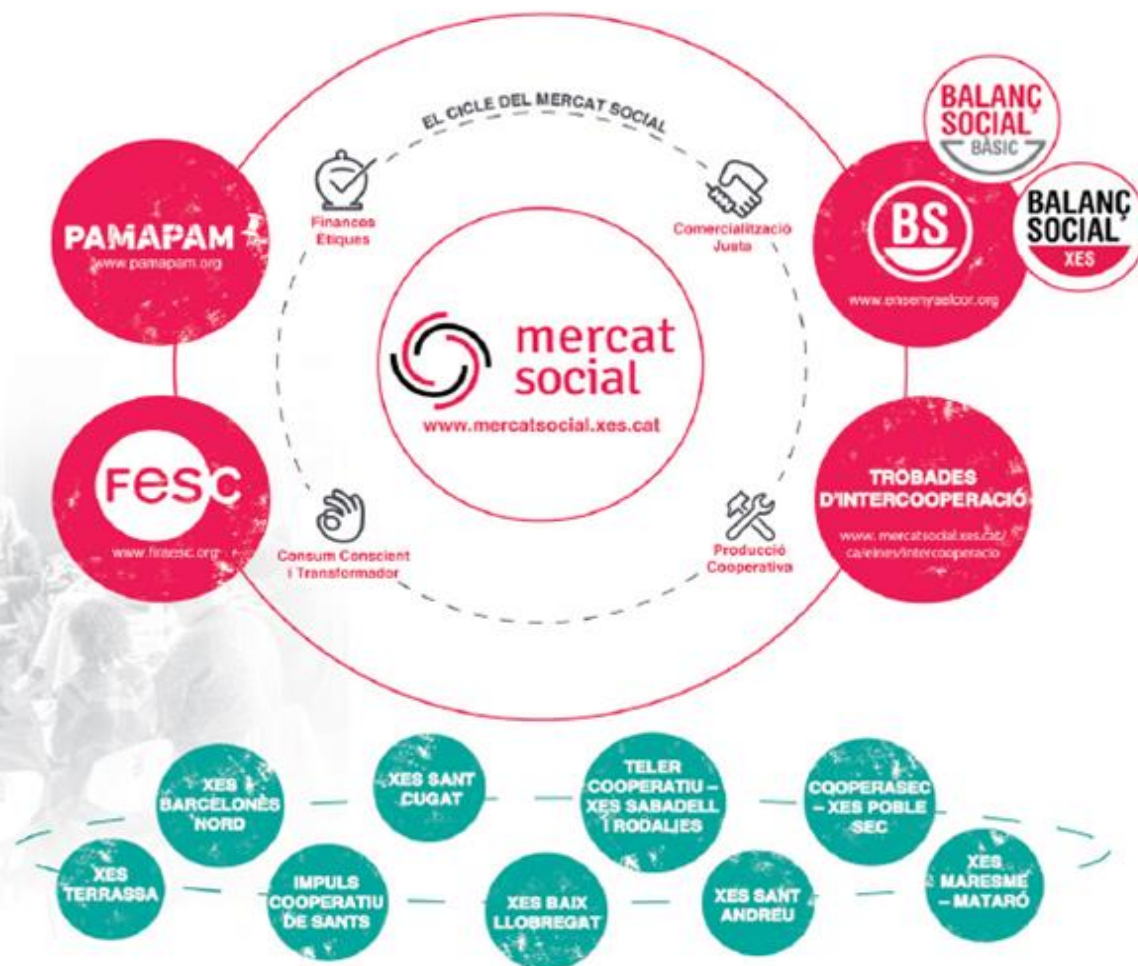
Seguint aquesta lògica, els mecanismes de relació entre iniciatives de l'ESS no es basen en la **competència**, sinó en la **intercooperació i el treball conjunt**.



# El mercat social català

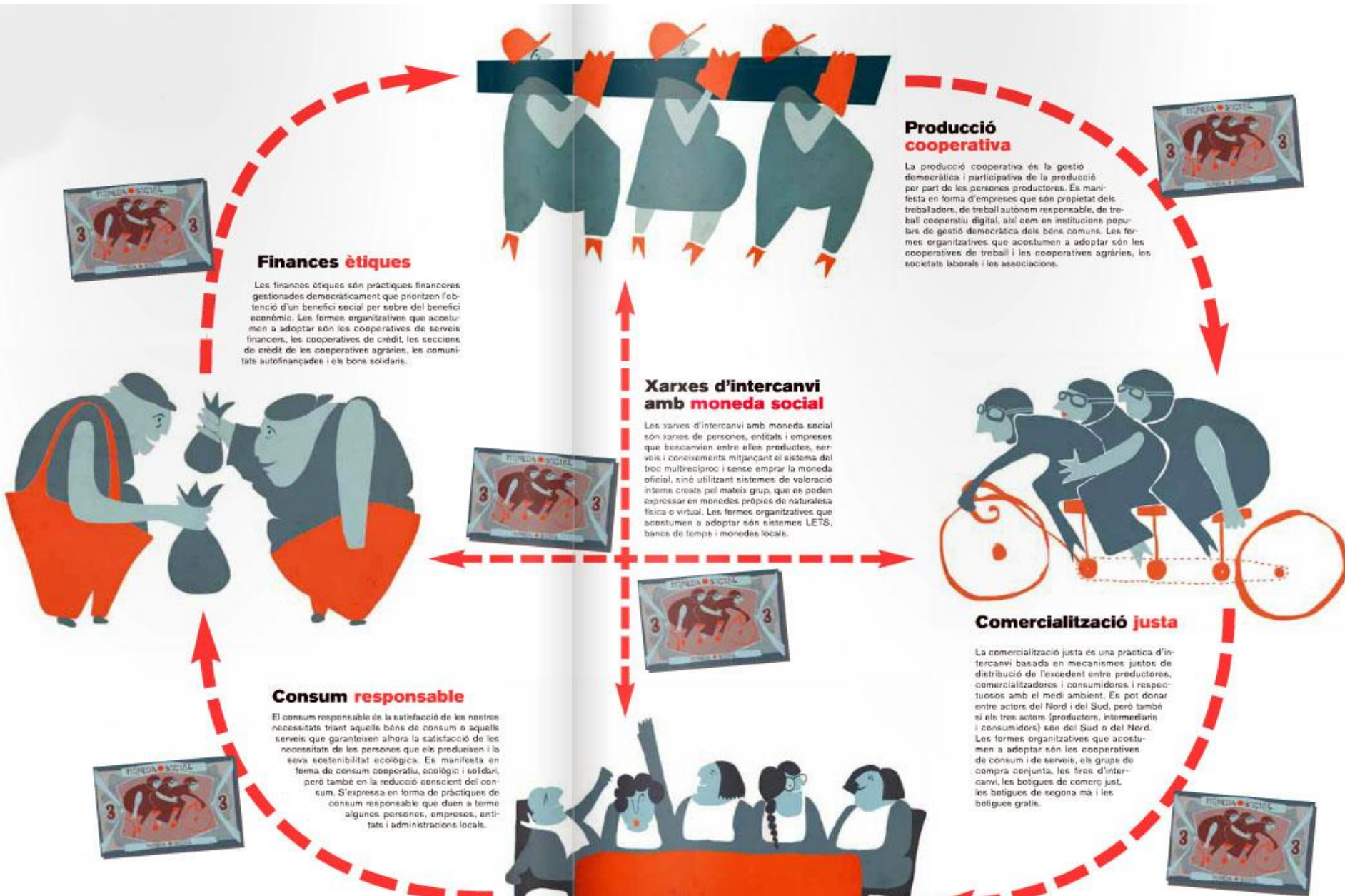
## ESQUEMA CONCEPTUALITZACIÓ MERCAT SOCIAL DE CATALUNYA

- El Cicle del Mercat Social
- Eines
- Xarxes Sectorials
- Xarxes Territorials





# Mercat social: circuit on les quatre esferes del cycle econòmic (Producció, distribució, estalvi/inversió i consum) estan adjectivades des dels principis ètics de l'ESS



# Qui forma part del Mercat Social

Predominen les cooperatives de treball i associacions, eminentment urbanes, amb una mitjana de 20 persones treballadores i una facturació de 750.000 euros anuals.

Els sectors amb més densitat d'iniciatives són l'alimentació, l'educació, les cures, la comunicació i la tecnologia, l'habitatge i els subministraments, i els serveis d'assessorament de diferent tipus.

<http://mercatsocial.xes.cat/ca/eines/balancsocial/>



**4.024**  
**Cooperatives**  
Ocupació: **45.417**

**818**  
**Societats laborals**  
Ocupació: **6.476**

**58**  
**Empreses d'inserció**  
Ocupació: **2.243**

**205**  
**Centres especials de treball**  
Ocupació: **27.572**

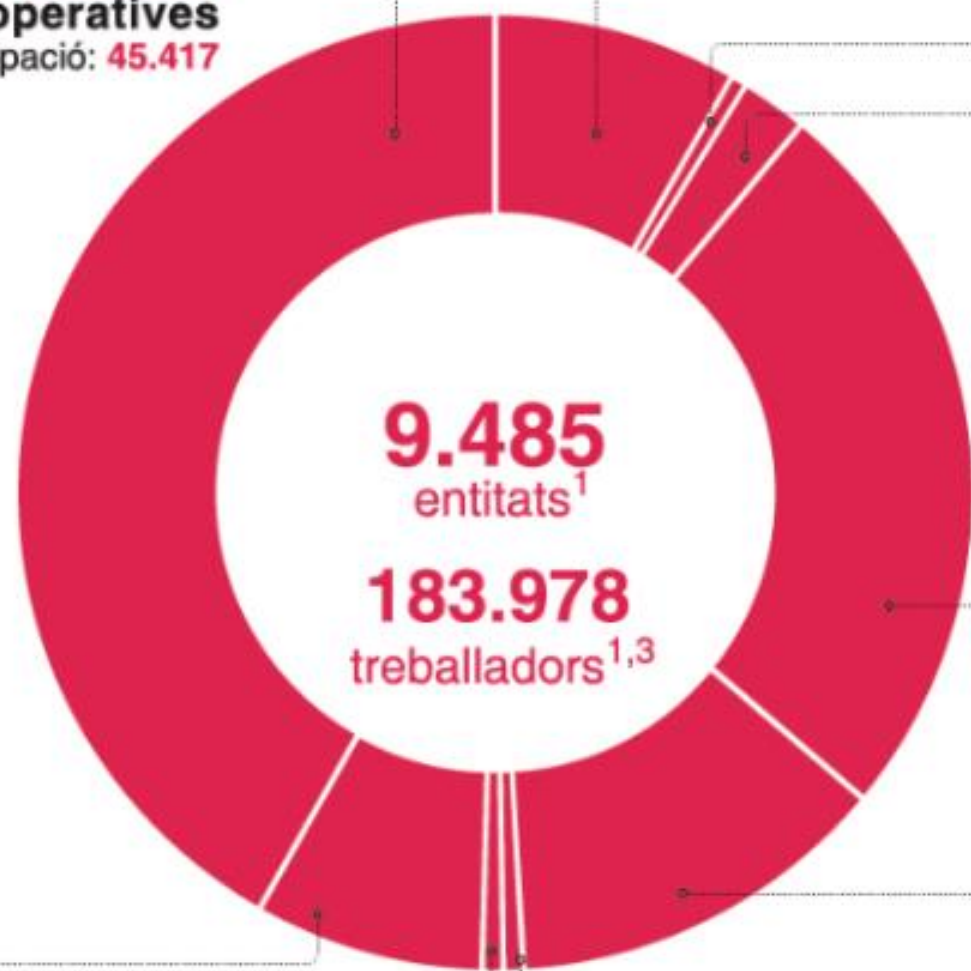
**2.378**  
**Associacions<sup>2</sup>**  
Ocupació: **27.445**

**1.281**  
**Fundacions<sup>2</sup>**  
Ocupació: **88.473**

**54**  
**Mutualitats de previsió social**  
Ocupació: **3.383**

**36**  
**Confraries de pescadors**  
Ocupació: **228**

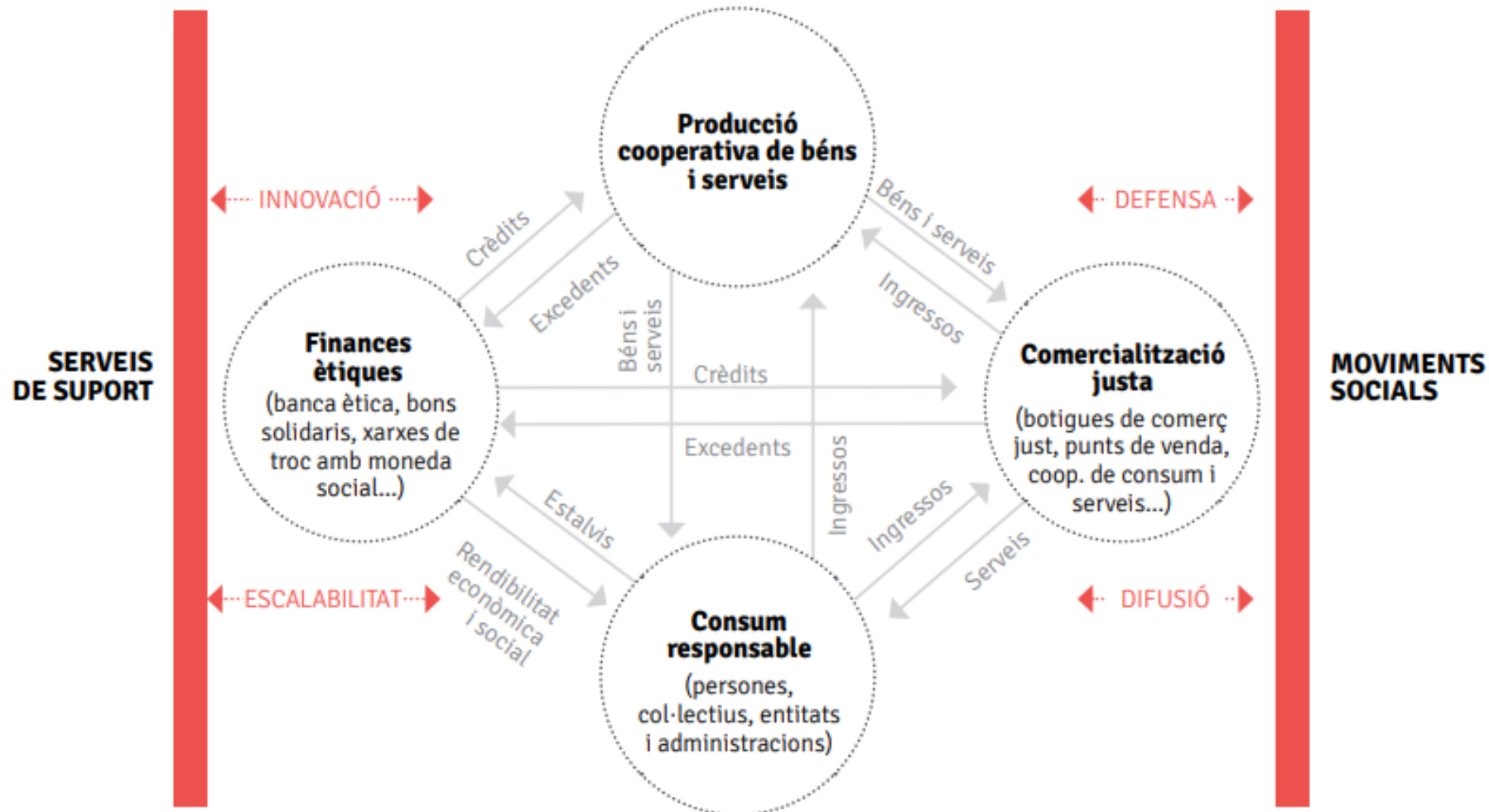
**752**  
**Societats agràries de transformació**  
Ocupació: **2.178**



**9.485**  
entitats<sup>1</sup>  
**183.978**  
treballadors<sup>1,3</sup>



## Esquema de mercat social amb nodes i flux



Jordi Garcia (2002)

# ÀMBIT PRODUCTIU



Colectic

Tecnologia per la  
transformació social



*Formació  
i Treball*  
*La Fundació amiga*

cooperativa agrícola



# ÀMBIT CONSUM



Habitatge, energia, mobilitat, alimentació, tèxtil, consum responsable, finances ètiques, cooperatives de consum, salut, etc.)



*Xarxa de Dones Cosidores de*



PEBREneGRE



# ÀMBT REPRODUCTIU



Sostenibilitat de la vida i les cures, atenció a les persones (infància, gent gran...) ,inserció laboral feminització de la gestió, ecofeminisme, etc.



L'esguard



# ÀMBIT COMUNICACIÓ I SENSIBILITZACIÓ



Drets humans, lluites ecologistes,  
justícia social, sostenibilitat i canvi  
de valors, comunicació, cultura ....







**ZUM ZEIG**  
 CINE COOPERATIVA

**CULTURACOOOP**  
 CIRCUIT DE CULTURA  
 CRÍTICA, COOPERATIVA  
 I COMUNITÀRIA

FEBRES PRESENTACIÓ DEL CICLE I  
 DE L'ESPAI DE CULTURA  
 COOPERATIVA DE BARCELONA  
 MARÇ EXPOSICIÓ FEMINISTA  
 ABRIL LLIBRERIES COOPERATIVES  
 MAIG FIRA LITERAL  
 JUNY CINEMES COOPERATIU  
 JULIOL SAY IT LOUD AL PATI  
 OCTUBRE ECO-EDICIÓ DE LLIBRES  
 DESEMBRE 25€ CIRC D'HIVERN

COL·LABORA: LA MUNTANYA COOPERATIVA - GUSTAFORS - LA PERA  
 PABLO LOS KRISTOS - GUERIN COOPERATIU - TARRA  
 LA TRAMONTA - JORDIÀ COOP COOPERATIU





# ALLÒ PÚBLIC I ALLÒ COMÚ



ATENEU DE  
FABRICACIÓ  
CIUTAT  
MERIDIANA

Polítiques públiques, gestió  
comunitària, comuns (naturals,  
digitals...)



L'HARMONIA

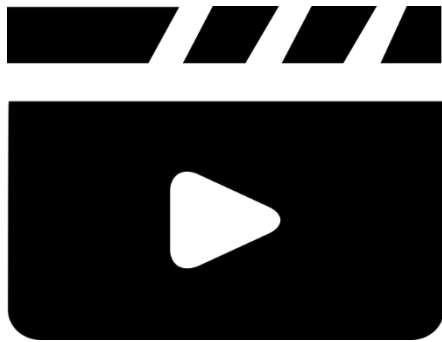


CA  
L'I  
SI  
DRET





**La recerca de feina**



## **Les 10 claus del mercat laboral actual per a la recerca de feina**





# Quines són les 10 Claus de l'empleabilitat que descriu el vídeo?

1. Autoconfiança i autoconeixement
2. Aprenentatge continu
3. Comunicació
4. Flexibilitat
5. Presa de decisions
6. Gestió del temps
7. Pro activitat i empenedoria
8. Xarxes de cooperació
9. Competències digitals
10. Treball en equip

En grups de 3:

- ¿Quines 3 claus penseu que són imprescindibles?  
¿Per què?
- ¿quins són els meus punts forts i quines he d'enfortir / potenciar?
- ¿A què m'obliga el mercat laboral actual?
- En el mercat laboral actual ¿quines són les nostres limitacions i quines les nostres possibilitats?



SOC

Servei d'Ocupació de Catalunya



Generalitat  
de Catalunya



"Aquesta acció està subvencionada pel Servei Públic d'Ocupació de Catalunya en el marc del Programa de suport als territoris amb majors necessitats de reequilibri territorial i social: projecte Treball als barris"

fppt.com

# Els diferents canals de recerca

- Què són els canals de recerca?
- Per a què serveixen els canals de recerca?
- Quins canals de recerca existeixen?
- He de fer servir tots els canals de recerca?



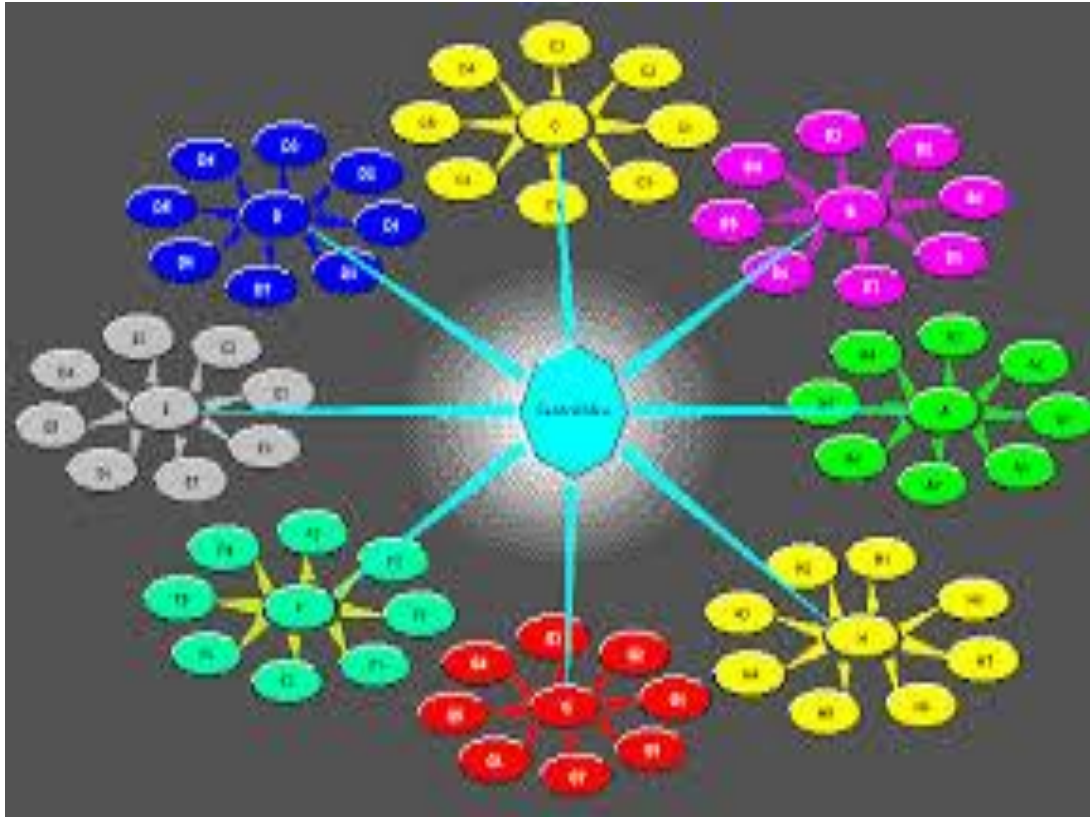
# Els diferents canals de recerca

| Canals de recerca | Limitacions | Avantatges |
|-------------------|-------------|------------|
|                   |             |            |
|                   |             |            |
|                   |             |            |
|                   |             |            |
|                   |             |            |
|                   |             |            |
|                   |             |            |





# El meu mapa de contactes





# El currículum

- Què és un CV?
- Per a què serveix?
- Què ha de sortir en un CV?
- Quins tipus de CV existeixen?
- Quin tipus de CV he de fer jo?
- Claus per a fer un bon currículum, exemples.



**El CV és un document en que en un màxim de 2 fulls (ideal 1) presenta qui som, la nostra experiència, la nostra formació i la nostra disponibilitat per ocupar un lloc de feina concret.**

Els professionals dedicats a la contractació de personal esperen que el currículum sigui **l'expressió clara i concisa** sobre les dades personals, la formació i l'experiència professional de la persona que aspira a una ocupació.



# Per a què serveix el currículum?

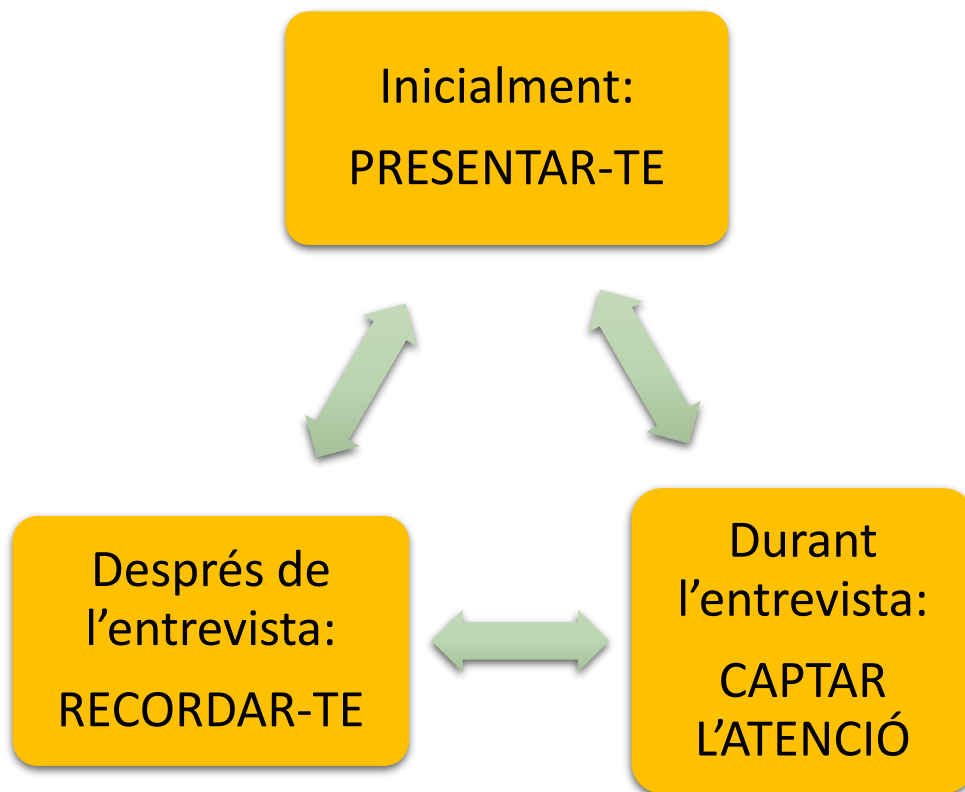
**El primer *objectiu* que busques a l'hora de preparar el teu currículum és obtenir una entrevista.**





# Per a què serveix el currículum?

El currículum compleix una funció triple:





# Per a què serveix el currículum?

El currículum ha de fer **ressaltar els punts forts** que estan en perfecta adequació amb la funció que has d'exercir en l'empresa, però **SENSE MENTIR**.

Això significa que potser has de **modificar el currículum** dependent del lloc de treball a què et presentes.



# Parts mínimes d'un currículum

|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>FOTOGRAFIA</b>                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Nombre Apellido1 Apellido2</b>                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Calle, número, puerta<br>Código, Población<br><b>Número de Teléfono</b><br><b>Número de Móvil</b><br><b>E-mail</b>                                                                                             |
| <b>Experiencia profesional</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>1999-2001</b><br>Cargo:<br>Función:                                                                                                                 | <b>Nombre del grupo en el que se ha trabajado</b><br>Nombre del cargo que se ha desempeñado<br>Descripción de las funciones que se han desempeñado en la empresa. No es necesario que sean muy detalladas, pero sí que den una idea general de las capacidades. | <b>Logros destacables</b><br>Logro1: Breve descripción de las capacidades demostradas.<br>Logro2: Breve descripción de las capacidades demostradas<br>Logro3: Breve descripción de las capacidades demostradas |
| <b>1999-2001</b><br>Cargo:<br>Función:                                                                                                                 | <b>Nombre del grupo en el que se ha trabajado</b><br>Nombre del cargo que se ha desempeñado<br>Descripción de las funciones que se han desempeñado en la empresa. No es necesario que sean muy detalladas, pero sí que den una idea general de las capacidades. |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>1999-2001</b><br>Cargo:<br>Función:                                                                                                                 | <b>Nombre del grupo en el que se ha trabajado</b><br>Nombre del cargo que se ha desempeñado<br>Descripción de las funciones que se han desempeñado en la empresa. No es necesario que sean muy detalladas, pero sí que den una idea general de las capacidades. |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Formación académica</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>1999-2001</b>                                                                                                                                       | <b>Nombre de la titulación</b><br>Institución que otorga el título<br>Breve descripción de la formación adquirida                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>1999-2001</b>                                                                                                                                       | <b>Nombre de la titulación</b><br>Institución que otorga el título<br>Breve descripción de la formación adquirida                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>1999-2001</b>                                                                                                                                       | <b>Nombre de la titulación</b><br>Institución que otorga el título<br>Breve descripción de la formación adquirida                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Idiomas</b>                                                                                                                                         | <b>Informática</b>                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Otros datos</b>                                                                                                                                                                                             |
| <b>Inglés:</b> Nivel idioma<br>Título acredita.<br><b>Alemán:</b> Nivel idioma<br>Título acredita.<br><b>Francés:</b> Nivel idioma<br>Título acredita. | <b>Programa.</b> Nivel de conocimiento. Título.<br><b>Programa.</b> Nivel de conocimiento. Título.<br><b>Programa.</b> Nivel de conocimiento. Título.                                                                                                           | Carnet de conducir<br>Disponibilidad<br>Movilidad<br>Etc...                                                                                                                                                    |

Dades personals

\*Fotografia

\*Dades de contacte

\*Etiqueta professional

Experiència professional

Formació acadèmica

Idiomes

Competències tecnològiques

Altres dades



# Dades personals



El **nom** complet i evitar les abreviatures



Data de naixement i DNI (opcionals però recomanables)



L'adreça ha de ser la del domicili particular



Al número de **telèfon** indicat ha de resultar fàcil contactar



Adreça de **correu** electrònic



No és imprescindible adjuntar **fotografia**



# Experiència professional

Marzo 2016 – Julio 2017. **Ayudante de recepción.** Empresa: ADECO S.A.

Tareas desarrolladas:

- Gestión de llamadas
- Atención al cliente
- Recepción de pedidos
- Gestión de correspondència

**APAREIXEN AQUESTS PUNTS EN ELS VOSTRES CV?**

**QUINS SÍ I QUINS NO?**

**PERQUÈ CREIEU QUE ÉS IMPORTANT QUE SURTIN?**



# Formació

## Formació acadèmica:

- Posar la data en què s'ha cursat
- Titulació obtinguda i
- Centres on s'han cursat

És important detallar tots els estudis que s'han realitzat o que estiguin cursant a l'actualitat, sempre que tinguin relació amb el lloc de treball al qual optem,

## Altres estudis o Formació Complementària :

Altres cursos i seminaris que tinguin relació amb el lloc de treball a què s'opta .



ROSA M<sup>o</sup> OLIVA CAPILLA

C/ Venezuela, 2 8<sup>o</sup> 2<sup>a</sup>

08019 Barcelona

Fecha nacimiento:

DNI:

rosucser@hotmail.com  
639654068 – 933 089 463

#### EXPERIENCIA LABORAL

**06/2006 – 12/2011 Fundación Valparadis**  
**Enfermera geriátrica (turno noche)**

- Preparar y administrar medicación por diferentes vías.
- Curas de heridas, úlceras. Realizar vendajes.
- Sondajes y lavados vesicales.
- Toma de muestras sanguíneas para laboratorio.
- Realización de pruebas diagnósticas (ECG, glucemias)
- Controles de constantes (tensión arterial, pulso, frecuencia cardíaca, temperatura)
- Supervisar las actividades del personal auxiliar de la unidad y cumplir las prescripciones facultativas.

**04/2004 – 12/2011 ASOCIACION PERE RELATS**  
**Enfermera geriátrica (turnos rotatorios)**

- Preparar y administrar medicación por diferentes vías.
- Curas de heridas, úlceras. Realizar vendajes.
- Sondajes y lavados vesicales.
- Toma de muestras sanguíneas para laboratorio.
- Realización de pruebas diagnósticas (ECG, glucemias)
- Controles de constantes (tensión arterial, pulso, frecuencia cardíaca, temperatura)
- Supervisar las actividades del personal auxiliar de la unidad y cumplir las prescripciones facultativas.

**09/1971 -09/1987 LABORATORIOS DR. ANDREU**  
**Ayudante técnico de laboratorio ((departamento de farmacología)**

- Tratamientos con animales
- Toxicología, Análisis Radioactivos
- Biología Molecular, Cultivo de Celular.

**10/1987 – 12/2004 LABORATORIOS URIACH Y CIA.**  
**Ayudante técnico de laboratorio (departamento de farmacología)**

- Tratamientos con animales
- Toxicología, Análisis Radioactivos
- Biología Molecular, Cultivo de Celular.

#### PERFIL PROFESIONAL

Responsable, activa, creativa, perseverante, con iniciativa, y buena actitud para trabajar bajo presión. Me adapto bien a trabajar en equipo

#### ESTUDIOS Y FORMACION

2007 Módulo (150 h)  
Atención Domiciliaria Personas Dependientes

2006 Módulo Geriátrica (500 h).

1992 Curso  
Operadores de Instalaciones Radioactivas Física Nuclear UAB

1981-1982 Curso  
1<sup>a</sup> Farmacia Univ. Barcelona

1976-1980 Técnico ATS  
Escuela Superior de Esperanza – UB

1968-1973 FP1 Química  
Escuela Joan Maragall

# IDIOMES

# INFORMÀTICA

# ALTRES DADES

#### IDIOMAS

Castellano ..... Nativo  
Catalán..... Nativo  
Inglés ..... Básico  
Francés..... Básico

#### COMPETENCIAS TECNOLOGICAS

Ofimática: Office: Word, Excel..... Usuario  
Bases de datos de expedientes..... Usuario  
Gestión de correo electrónico..... Usuario

#### OTROS

**Disponibilidad inmediata en cualquier turno**





# L'etiqueta professional

Les empreses que actualment es troben en procés de recerca de nous i noves professionals busquen que, en el perfil professional es trobi ràpidament dades rellevants per poder identificar les seves àrees d'experiència prèvia i els objectius que persegueixen

## CLAUS PER DEFINIR EL TEU PERFIL PROFESSIONAL

- **Breu:** no més de 4 línies, un o dos paràgrafs com a màxim
- Constar **l'experiència professional** i els **objectius** professionals
- Inclou **competències i habilitats:** negociació, treball en equip, lideratge, Iniciativa...
- Destaca allò més rellevant pel lloc de feina sol·licitat: idiomes, projectes internacionals, ...



## Alguns exemples d'etiqueta professional:

“Persona motivada, resolutiva y con iniciativa. Me desenvuelvo bien con el trato al público y tengo amplia experiencia en el sector de la bicicleta y turístico”

*“Durante mis años de experiencia laboral he aprendido la importancia de evolucionar, de aprender y adquirir, progresivamente, conocimientos y habilidades que me ayudasen a estar al día en lo que el mercado, de mi sector, demandaba. Asimismo, traslado esta idea de evolución a mi pasión, el ciclismo, del cual espero aprender y aportarle mi entusiasmo y capacidad de afrontar nuevos retos.”*

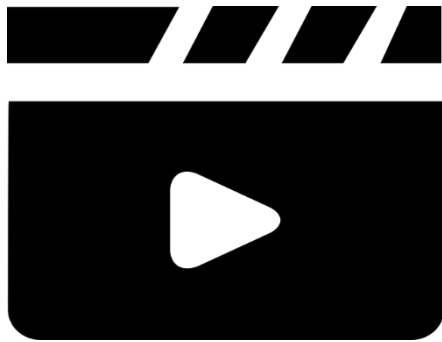
*“Trenta anys d'experiència en el sector de l'edició avalen la meva capacitat com a coordinadora editorial. Sóc una dona complidora, metòdica, responsable i autoexigent, amb una gran capacitat de relació amb els altres i de treball en equip, característiques indispensables per a dur a bon port la tasca editorial.”*



# Construir l'etiqueta professional al, ens hi posem?

Recordant que l'etiqueta professional és:

- Una descripció general del perfil professional
  - Cal constar els treballs exercits, funcions exercides i principals càrrecs.
  - Resum de principals qualitats i capacitats per al treball.
- 
- No cal que sigui molt detallat, però sí que doni una idea general de les capacitats del candidat. “



## El currículum



A background image of a wall covered in numerous colorful sticky notes in various colors like red, green, yellow, blue, and purple. The notes are of different shapes and sizes, some overlapping, creating a vibrant and busy texture.

# Revisant el currículum

---



