



## LO STAGE DI ORIENTAMENTO

### Cosa è uno stage di orientamento?

Uno stage di orientamento ti permette di conoscere una professione, le diverse attività e la giornata lavorativa dei professionisti. Puoi chiarire se ti piace e valutare se sei idoneo/a. Lo stage di orientamento può anche essere svolto dall'azienda formatrice come parte della procedura di selezione allo scopo di capire se, oltre all'attitudine professionale, ti troveresti bene nell'azienda e se l'ambiente di lavoro ti è confacente.

Ha senso fare uno stage se hai già riflettuto a fondo riguardo ai tuoi desideri professionali. Esso può durare da uno a più giorni. Secondo il diritto sul lavoro gli/le allievi/e possono svolgere stage di orientamento a partire dai 13 anni.

### Prima dello stage di orientamento

- Preparati bene per lo stage di orientamento e informati in anticipo in merito alla professione. L'azienda si aspetta da te che prima di fare lo stage di orientamento ti sia informato/a in merito alla professione a cui aspiri. → Rivolgiti al servizio di orientamento professionale, negli studi e nella carriera, informati tramite l'app CIP o su [www.orientamento.ch](http://www.orientamento.ch), leggi informazioni relative alla professione o guarda dei video sulla professione su [orientamento.ch](http://orientamento.ch).
- Procurati l'elenco delle aziende di formazione oppure l'indirizzo postale / indirizzo e-mail diretto per le professioni da te scelte presso il servizio di orientamento professionale, nell'app CIP oppure su [www.orientamento.ch/repertorio-aziende](http://www.orientamento.ch/repertorio-aziende).
- Le ditte presenti sull'elenco dispongono di un'autorizzazione alla formazione. Puoi chiedere direttamente alla ditta se offre posti per stage di orientamento nella professione dei tuoi sogni.
- Il diario per lo stage ti viene consegnato dal servizio di orientamento professionale.
- Prima di organizzare lo stage di orientamento verifica con la scuola se e quando è possibile effettuare uno stage.
- Per candidarsi per uno stage di orientamento, è possibile presentarsi personalmente presso l'azienda o telefonare. Nella pagina successiva trovi una checklist per il colloquio telefonico. Alcune aziende richiedono una candidatura scritta. È meglio chiedere semplicemente che cosa è richiesto e quanto deve essere esteso (ad esempio, un CV, i diplomi scolastici, una lettera di motivazione, ecc.).
- La cosa migliore che puoi fare è tenere un elenco delle tue richieste di stage d'orientamento che riporti anche gli stage già svolti. Trovi un modello corrispondente su [www.berufsbildung.gr.ch](http://www.berufsbildung.gr.ch) → italiano → Documentazione → Orientamento professionale → «profilo» → 4. scoprire, oppure presso il servizio di orientamento professionale, negli studi e nella carriera.

### Durante lo stage di orientamento

- Assicurati di essere puntuale, pulito/a e vestito/a in modo adeguato al lavoro.
- Ti distinguerai positivamente se osserverai bene, farai domande e parteciperai attivamente.
- I formatori hanno delle aspettative nei tuoi confronti: valutano il tuo interesse, le tue capacità e come ti comporti nel team, con i superiori ed eventualmente con i clienti.
- Annota le tue impressioni nel diario per lo stage:  
→ Quali attività hai potuto conoscere e quali hai potuto svolgere?

→ Cosa ti piace della professione e dell'azienda e cosa ti piace di meno?

Questo ti aiuterà a valutare le professioni che hai provato e a decidere se sono adatte te. Inoltre, ti consentirà di confrontare più facilmente le diverse professioni. Puoi inoltre utilizzare gli appunti per eventuali lettere di candidatura e le esperienze vissute ti daranno sicurezza in un eventuale colloquio di lavoro.

- Chiedi gentilmente di rilasciarti un attestato di stage. Riscontri positivi possono essere allegati alla candidatura e migliorano le possibilità di trovare un posto di tirocinio.
- Domanda ai formatori se sono disposti a concederti un breve colloquio conclusivo. In caso di interesse, puoi domandare se esiste la possibilità di un posto di tirocinio e a partire da quando puoi inoltrare la tua candidatura.

### Dopo lo stage di orientamento

- Svolgi degli stage anche in altre aziende e in altre professioni. Confronta le diverse impressioni nel tuo elenco generale o nel tuo diario per lo stage.
- Condividi le tue impressioni con i genitori, gli insegnanti o gli orientatori professionali.
- Pianifica i tuoi prossimi passi. Gli orientatori professionali ti sostengono volentieri.

### Incontri informativi

Non in tutte le professioni ci sono offerte di stage. Partecipare a eventi informativi può essere una valida alternativa. In questo modo ottieni una panoramica sulle professioni e sulle aziende. Le manifestazioni informative sono pubblicate su [www.orientamento.ch/eventi](http://www.orientamento.ch/eventi).

### Telefonare per uno stage di orientamento

Se desideri fare uno stage di orientamento, per prima cosa puoi contattare telefonicamente l'azienda. Prima di chiamare, annotati che cosa vuoi dire e chiedere, tieni pronte carta, matita e agenda e cerca un posto tranquillo per telefonare.

#### Ti presenti

- Ti presenti con nome e cognome. Se richiesto fai lo spelling.
- Comunica quale scuola e quale classe stai frequentando.

#### Spiega il motivo della tua telefonata

- Spiega che desideri fare uno stage di orientamento (come ...) e chiedi se fosse possibile farlo presso quest'azienda.
- Spiega cosa ti interessa della professione e dell'azienda.
- Se la persona responsabile non è raggiungibile, chiedi quando poter richiamare.

#### Se lo stage di orientamento è possibile, informati rispetto a:

- «Quando e per quanto tempo posso farlo?» → fai proposte; tieni l'agenda a portata di mano
- «Dove, a chi, a che ora devo presentarmi?» → annota luogo, persona di contatto, data, ora
- «Come arrivo fino alla vostra azienda?»
- «Devo portare con me determinati documenti e abbigliamento / scarpe particolari?»
- «Quali sono gli orari di lavoro?»
- «Avete un programma settimanale?»

#### Nel caso in cui l'azienda richieda una richiesta scritta per lo stage di orientamento, chiedi:

- «All'attenzione di chi (nome del responsabile) devo inviare la mia candidatura? Quali documenti devo allegare (curriculum vitae, lettera di motivazione, copia delle pagelle)?»

## Conclusione

- Ringrazia e comunica che sei contento di poter svolgere lo stage di orientamento. Pronuncia il nome della persona al telefono quando la saluti, in modo da lasciare una buona impressione.

## Importante!

Prendi appunti riguardo al colloquio telefonico per non dimenticare niente quando ti prepari allo stage.

### Ulteriori informazioni

- [www.orientamento.ch](http://www.orientamento.ch)
- [www.berufsbildung.gr.ch](http://www.berufsbildung.gr.ch)

### COP Grigioni

Ti trovi all'inizio della scelta professionale e vorresti sapere quale professione fa al caso tuo e come puoi raggiungere la tua professione da sogno? Gli orientatori ti aiutano nella scelta della tua professione.

- [www.berufsbildung.gr.ch](http://www.berufsbildung.gr.ch)
- [biz@afb.gr.ch](mailto:biz@afb.gr.ch)