



CONSIGLI PER IL CURRICULUM

Elenca nel curriculum vitae le principali informazioni sulla tua persona sotto forma di tabella:

- nome, indirizzo, numero di telefono, numero di cellulare, indirizzo e-mail
- luogo di appartenenza, data di nascita, eventualmente nazionalità e tipo di permesso di soggiorno
- genitori: nome e professione
- fratelli/sorelle: nome, età, classe, apprendistato o professione
- formazione scolastica (cronologicamente, 'ultimo avvenimento viene prima)
- conoscenze linguistiche: lingua madre e lingue straniere, soggiorni linguistici, certificati
- conoscenze informatiche: ad es. corsi frequentati, programmi, certificati
- stage di orientamento: data, professione, azienda, durata
- frequenza di eventi informativi, esposizioni professionali, giornate "Nuovo futuro"
- lavori temporanei o durante le vacanze (cronologicamente)
- hobby, appartenenza ad associazioni
- referenze (chiedi prima alle persone interessate)
- foto recente

Foto

Metti sul curriculum una bella foto passaporto, preferibilmente fatta da un fotografo professionista. Le fotografie scattate durante le vacanze non sono adatte. Inserisci una foto digitale in alto a destra sul curriculum. Se non disponi di una fotografia in formato digitale, puoi anche incollarne una.

Referenze

È possibile che un'azienda di tirocinio voglia conoscere qualcosa in più di te e che perciò prenda contatto con degli adulti che ti conoscono bene. Nel curriculum vitae indica perciò i nomi di due persone quali referenze, ad esempio un insegnante, un allenatore o il tuo orientatore professionale. Chiedi prima alle persone se sono d'accordo e informale in merito alle aziende che potrebbero contattarle. In questo modo sono ben preparate, se qualcuno dovesse contattarle. Parenti o buoni conoscenti non sono adatti a fungere da referenze.

Su:

► www.orientamento.ch → Formazioni → Formazione professionale di base → Candidarsi per un posto di tirocinio → «Il mio dossier di candidatura» trovi un modello e suggerimenti per il curriculum vitae.

Curriculum vitae	
Dati personali	
Cognome, nome	<input type="text"/>
Indirizzo	<input type="text"/>
Telefono	<input type="text"/>
Cellulare	<input type="text"/>
E-mail	<input type="text"/>
Data di nascita	<input type="text"/>
Attinenza	<input type="text"/>
Nazionalità, permesso di soggiorno	<input type="text"/>
	Foto
Cognome, nome dei genitori	<input type="text"/>
Professione genitore 1	<input type="text"/>
Professione genitore 2	<input type="text"/>
Fratelli/sorelle	<i>Nome (età, classe, apprendistato o professione)</i>
Formazione scolastica	
Anno - anno	<i>Scuola, ad es. scuola secondaria Felsberg, 1^a – 3^a classe</i>
Anno - anno	<i>Scuola, ad es. scuola elementare Tamins, 3^a – 6^a classe</i>
Anno - anno	<i>Scuola, ad es. scuola elementare Flims, 1^a – 2^a classe</i>
Stage di orientamento	
Mese, anno	<i>Professione, ditta, luogo e durata dello stage di orientamento</i>
Mese, anno	<i>Professione, ditta, luogo e durata dello stage di orientamento</i>
Conoscenze linguistiche	
<i>Italiano</i>	<i>ad es. madrelingua</i>
<i>Tedesco</i>	<i>ad es. conoscenze scolastiche nel 4^o anno</i>
<i>Inglese</i>	<i>ad es. conoscenze scolastiche nel 6^o anno</i>
Hobby	
<i>Ad es.: ascoltare musica, giocare a unihockey, uscire con gli amici</i>	
Referenze	
Professione / funzione <i>ad es. insegnante di classe</i>	
Signora / Signor nome, cognome	
Indirizzo	
Indirizzo e-mail e numero di telefono	
Luogo, data	

► **Ulteriori informazioni**

e sostegno sono disponibili al Centro d'informazione professionale. Trovi l'indirizzo più vicino su: www.berufsbildung.gr.ch → italiano → chi siamo → ubicazione e indirizzo → orientamento professionale E-mail: biz@afb.gr.ch