



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"/>	Foto
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"/>	
Cognome, nome dei genitori	<input type="text"/>	
Professione genitore 1	<input type="text"/>	
Professione genitore 2	<input type="text"/>	
Fratelli/sorelle	Nome (età, classe, apprendistato o professione)	

Formazione scolastica

Anno - anno	Scuola, ad es. scuola secondaria Felsberg, 1 ^a – 3 ^a classe
Anno - anno	Scuola, ad es. scuola elementare Tamins, 3 ^a – 6 ^a classe
Anno - anno	Scuola, ad es. scuola elementare Flims, 1 ^a – 2 ^a classe

Stage di orientamento

Mese, anno	Professione, ditta, luogo e durata dello stage di orientamento
Mese, anno	Professione, ditta, luogo e durata dello stage di orientamento

Conoscenze linguistiche

Italiano	ad es. madrelingua
Tedesco	ad es. conoscenze scolastiche nel 4° anno
Inglese	ad es. conoscenze scolastiche nel 6° anno

Hobby

Ad es.: ascoltare musica, giocare a ~~unihockey~~, uscire con gli amici

Referenze

Professione / funzione ad es. insegnante di classe
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 → ubicazioni e indirizzi → orientamento professionale

E-mail: biz@afb.gr.ch