Amt für Berufsbildung
Uffizi per la furmaziun professiunala
Ufficio della formazione professionale

Tipps zum Lebenslauf

Im Lebenslauf führst du die wichtigsten Angaben zu deiner Person tabellarisch auf:

- ☐ Name, Adresse, Telefonnummer, Handynummer, E-Mail
- ☐ Heimatort, Geburtsdatum, evtl. Nationalität und Typ der Aufenthaltsbewilligung
- ☐ Eltern: Name und Beruf
- ☐ Geschwister: Name, Alter, Schulklasse, Lehre oder Beruf
- ☐ Schulbildung: tabellarisch auflisten, aktuellste Schule zuoberst
- ☐ Sprachkenntnisse: Muttersprache und Fremdsprachen, Sprachaufenthalte, Zertifikate
- ☐ PC-Kenntnisse: z. B.: besuchte Kurse, Programme, Zertifikate
- ☐ Schnupperlehren: Datum, Beruf, Betrieb, Dauer
- ☐ Besuch von Informationsveranstaltungen, Berufsschauen, Zukunftstagen
- ☐ Aushilfs- / Ferienjobs (chronologisch, aktuellste zuoberst)
- ☐ Hobbys, Mitgliedschaft in Vereinen
- ☐ Referenzen (Personen vorher fragen)
- ☐ Aktuelles Foto

Foto

Zum Lebenslauf gehört ein gutes Portraitfoto von dir. Hier lohnt es sich, dass eine Fachperson ein Bild von dir macht. Ferienschnappschüsse eignen sich nicht. Füge ein digitales Foto in die rechte obere Ecke des Lebenslaufes ein. Solltest du kein digitales Foto haben, kannst du auch eines einkleben.

Referenzen

Es ist möglich, dass ein Lehrbetrieb mehr über dich erfahren möchte und deshalb Kontakt mit Erwachsenen aufnimmt, die dich gut kennen. Im Lebenslauf führst du deshalb zwei Referenzpersonen auf, zum Beispiel eine Lehrperson, einen Trainer oder dein/e Berufsberater/in. Frage vorgängig die Personen, ob sie einverstanden sind und informiere sie darüber, welche Betriebe sie anrufen könnten. So sind sie gut vorbereitet, wenn jemand nachfragt. Verwandte oder gute Bekannte sind als Referenzpersonen nicht geeignet.

Eine Vorlage und weitere Tipps zum Lebenslauf findest du unter:
▶ www.berufsberatung.ch → Lehre → Lehrstellenbewerbung → Lebenslauf erstellen und Beilagen für die Lehrstellenbewerbung.

Lebenslauf

Personalien

Name, Vorname	
Adresse	
Telefon	
Handy	
E-Mail	
Geburtsdatum	
Heimatort	
Nationalität, Aufenthaltsausweis	

Foto

Name, Vorname der Eltern	
Beruf Elternteil 1	
Beruf Elternteil 2	
Geschwister	*Vorname (Alter, Schulklasse, Lehre oder Beruf)*

Schulbildung

Jahr - Jahr	*Schule, z. B. Sekundarschule Felsberg, 1. – 3. Klasse*
Jahr - Jahr	*Schule, z. B. Primarschule Tamins, 3. – 6. Klasse*
Jahr - Jahr	*Schule, z. B. Primarschule Flims, 1. – 2. Klasse*

Schnupperlehren

Monat, Jahr	*Beruf, Firma, Ort und Dauer der Schnupperlehre*
Monat, Jahr	*Beruf, Firma, Ort und Dauer der Schnupperlehre*

Sprachkenntnisse

Deutsch	*z. B. Muttersprache*
Englisch	*z. B. Schulkenntnisse im 4. Jahr*
Italienisch	*z. B. Schulkenntnisse im 6. Jahr*

Hobbys

z. B.: Musik hören, Unihockey spielen, Freunde treffen

Referenzen

Beruf / Funktion *z. B. Klassenlehrer/in*
Frau / Herr Vorname, Name
Adresse
E-Mail und Telefonnummer

Ort, Datum

Quellen: berufsberatung.ch
Dieses Merkblatt erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. © BSLB Graubünden, August 2026