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

La ricerca d'impiego

Trovare un impiego adatto ai propri bisogni, competenze e desideri richiede tempo ed energie. Le offerte d'impiego pubblicate su internet o nei giornali rappresentano una buona parte delle offerte attuali del mercato del lavoro, ma non le riportano tutte: può quindi essere efficace inviare candidature spontanee o ricorrere a conoscenze personali.

Mercato del lavoro aperto

- **Pubblicazioni di impieghi:** Un gran numero di **portali di lavoro** supportano nella ricerca del lavoro. Le offerte di lavoro sono anche pubblicizzate sui siti web delle aziende o di organizzazioni/associazioni. Parte degli annunci di lavoro è disponibile anche sui **quotidiani**, sui **settimanali** e sulle riviste delle associazioni specializzate e professionali. Vale la pena di cercare specificamente le offerte di lavoro sui siti web delle **istituzioni, delle associazioni e delle singole aziende**. Spesso le associazioni settoriali offrono servizi specifici di collocamento. Questi servizi sono talvolta a pagamento. I membri delle associazioni settoriali beneficiano di sconti.
- **Uffici regionali di collocamento (URC)**: gli URC sono centri di servizi pubblici. I consulenti degli URC accompagnano e sostengono i disoccupati nella loro ricerca di lavoro in tutti i campi professionali. Insieme alle organizzazioni partner, gli URC offrono corsi e programmi di inserimento al lavoro. Per utilizzare i servizi degli URC, è necessario essere iscritti all'assicurazione contro la disoccupazione. Le persone in cerca di lavoro registrate all'URC hanno accesso ai lavori pubblicizzati con un login su www.arbeit.swiss e questo 5 giorni prima della pubblicazione ufficiale. Sedi nel Cantone dei Grigioni:
  - URC Coira, tel. +41 81 257 31 13
  - URC Thusis, tel. +41 81 257 53 30
  - URC Ilanz, tel. +41 81 257 62 14
  - URC Roveredo, tel. +41 81 257 65 47
  - URC Davos, tel. +41 81 257 63 20
  - URC Samedan, tel. +41 81 257 49 20
- **Agenzie private di collocamento:** Ci sono agenzie di lavoro che offrono occupazioni permanenti e temporanee in tutte le professioni. Altre agenzie di collocamento sono specializzate in certi gruppi professionali, posizioni esecutive o posizioni temporanee. Per le persone in cerca di lavoro, il collocamento ad un lavoro attraverso le agenzie di collocamento private è di solito gratuito. Nel caso di posti temporanei, i dipendenti sono assunti e pagati direttamente dall'agenzia di collocamento. www.avg-seco.admin.ch offre un elenco di agenzie di collocamento private ed autorizzate in Svizzera.

Mercato del lavoro nascosto

- **Reti sociali:** Presenti le sue capacità e la sua carriera su LinkedIn o su XING, si colleghi in rete e mantenga aggiornati i suoi profili. I responsabili del personale, i collocatori ed i cosiddetti Headhunter cercano sempre più spesso profili interessanti su Internet.
- **Contatti personali:** Molte occupazioni di posti di lavoro avvengono tramite contatti diretti e referenze. Impegni nella politica, nello sport e nella cultura, attività onorifiche e altre attività relative al lavoro possono diventare vantaggiose nella creazione di una rete di conoscenze e quindi anche per la ricerca del posto.

Consigli

Le descrizioni dei posti sono diverse a dipendenza delle aziende. È quindi consigliato modificare i termini di ricerca.

Portali online

All'indirizzo www.orientamento.ch/lavoro-e-formazione-continua → Cercare un impiego può trovare una prima lista di portali d'impiego online.

Cantone dei Grigioni e regione

Nota: La maggioranza in tedesco, alcuni a livello federale potrebbero offrire la ricerca di impiego in italiano.

- www.kiga.gr.ch Uffici regionali di collocamento (URC) dei Grigioni
- www.ostjob.ch
- www.stellen-ost.ch
- www.suedostschweizjobs.ch
- www.stellenanzeiger.ch
- www.graubuenden-jobs.ch
- www.ostschweizer-jobs.ch

© OPSC Grigioni, agosto 2026