



IL CURS DA LA VITA

Il curs da la vita infurmescha en furma curta davart Vossa persuna e Vossas profil central. I vegn spetgà in'enumeraziun tabellara da Vossas activitads scolaras e professiunalas che Vus avais fatg enfin ussa. Per regla han ils curs da la vita ina lunghezza dad ina, duas paginas. Tar giuvenils che han finì l'emprendissadi ed han pauc'experientscha da lavur basta er ina pagina.

Experientscha da lavur

L'experientscha da lavur vegn enumerada cronologicamain dal actual al pli pauc actual. Nudai mintgamai ils mais ed ils onns. Numnai emprim la funcziun ni la sort da la lavur, alura la firma ed il lieu. Vus savais far ina glista cun las lavurs principalas, sche quellas duessan vegnir accentuadas spezialmain. Faschai stim da documentar las lavurs cumpletamain cun attestats. Segiurns linguistics, viadis, inabilitad da lavurar, congedis euv. pon stgaffir largias en il curs da la vita. Sche tals chapitels cuzzan pli che dus, trais mais èsi meglier da formular quels a moda sincera, transparenta e positiva, enstagl d'als taschentar.

Furmaziun, furmaziun supplementara

Principiants/as en il mund da lavur ston documentar lur carriera da scola en detagl. È il temp da scola gia vargà daditg, bastan las indicaziuns davart la finiziun da scola: num da la scola (gimnasi, scola secundara, scola primara), lieu da la scola, num dal mastergn, manaschi d'emprendissadi, respectivamain scola/instituziun da furmaziun. Curs pon vegnir assortids tenor tema, schebain els èn relevants per la piazza.

Enconuschientschas da linguas

Sut il chavazzin «enconuschientschas da linguas» duessan la lingua mamma e la savida da linguas estras (a bucca ed a scrit) vegnir inditgadas. Menziunai graphicamain ni cun suandantas noziuns con bunas che Vossas enconuschientschas èn: enconuschientschas da basa, bunas enconuschientschas ni fitg bunas enconuschientschas. Sche Vus vais in certificat da linguas, èsi recumandà dad agiuntar quel a l'annunzia. I è plinavant recumandabel da far attent a segiurns linguistics absolvids.

Enconuschientschas da l'EED

Numerai ils program da l'EED sco il livel e con buna che Vossa savida è. Sutdivisiun pussaivla: enconuschientschas da principiant, applitgader (sa far tut sez), bunas enconuschientschas (sa sustegnair auters ed eliminar disturbis).

Interess, activitads el temp liber

Hobis pon infurmar davart la persuna. Menziunai quels, sch'els van a prà cun la piazza ni suttastritgan tschertas abilitads. Patruns vesan engaschis activs sper la lavur sco prestaziuns extraordinarias.

Referenzas

Inditgai sulettamain referenzas che pon valitar Vossas cumpetenzas professiunalas actualas. Sche Vus avais gia survegni il consentiment da la referenza pudais Vus inditgar quella al curs da la vita. Vus pudais er inoltrar las datas da referenza sin dumonda u en il context dal discurs da preschentaziun, p.ex. tar ina relaziun da lavur nunvisada u tar in'annunzia spontana. Agiunschai ina frasa schebain quai è il cas.

Persunalias

- num, prenum
- adressa
- numer da telefon, e-mail
- data da naschientscha
- stadi civil, uffants (dumber ed annada)
- lieu da burgais (tar Svizzers/Svizras)
- naziunalitad e permissiun da dimora (tar esters/estras)

Structura

Actualmain existan numerus musters per crear curs da la vita individuals. Elegiai il meglier in muster che va bain a prà cun Vossa persuna. Per l'elecziun sa recumonda il suandant:

- muster da word gratuit
- funtaunas fidadas (p.ex. da la Confederaziun u da grondas plattafurmas)
- l'utilisaziun duai correspunder a las atgnas abilitads
- avunda spazi tranter las lingias, ina scrittira bain legibla, ina grondezza empernaivla da la scrittira, las differentas parts èn bain vesaihlas, na betg surchargiar la pagina, mabain reparter las infurmaziuns sur duas paginas
- duvrar ils icons precisamain ed a moda clera (evtl. cun la noziun correspondententa)
- il layout duai ir a prà cun l'atgna persuna, il manaschi u la branscha (surpigliar evtl. il corporate design dal manaschi)

Ina buna survista dals purschiders da musters po vegnir chattada sin:

► www.berufsberatung.ch/bewerbung

Na duvrai betg fotografias da las vacanzas ed ord il temp liber. Sche Vus essas en dubi laschai far in fotograf da professiun la fotografia. Faschai stim che la fotografia saja actuala e da buna qualitat. Faschai stim da Vossa vestgadira.

Ulteriuras infurmaziuns

- www.berufsberatung.ch/bewerbung
- www.be-werbung.ch
- Fegls d'infurmaziun CIP: La tschertga da plazzas, La annunzia, La brev d'annunzia, Il discurs da preschentaziun

CIP Grischun

Vus As vulais far ina midada professiunala? Vus As vulais perfecziunar, ma na savais betg propi en tge direcziun? Las cussegliastras ed ils cussegliastras As sustegnan a concepir Vossa carriera.

- www.berufsbildung.gr.ch
- biz@afb.gr.ch