

UNA PROFESSIONE ADATTA A TE E CHE TI RENDA FELICE? TI AIUTIAMO A TROVARLA!

# SCELTA PROFESSIONALE

CON  
SUGGERIMENTI  
UTILI PER  
LA TUA  
CANDIDATURA!



**NON HAI TROVATO UNA  
SOLUZIONE?**

Queste soluzioni successive sono a  
tua disposizione

## IL TUO FUTURO LA TUA CARRIERA

Impara come trovare la  
professione dei tuoi sogni



**Maturità professionale**

**SUI BANCHI DI SCUOLA**

Se desideri proseguire gli studi, la MP ti  
permette di farlo!



**Apprendistato sportivo**



**SPORTIVI AMBIZIOSI**

Come conciliare apprendistato e  
sport di competizione

**Trovare la professione giusta**

**QUALE APPRENDISTATO FA AL CASO MIO?**

La tua personalità influisce in modo enorme sulla scelta professionale!

Disponibile anche  
in tedesco



e in romancio!



# WERDE TEIL DES TEAMS!

Stell dich der Herausforderung – wirk mit  
bei unseren einzigartigen Projekten!

## Unsere jährlichen Lehrberufe:

Bauwerkrenner /-in EFZ, Chur  
Baupraktiker / -in EBA, Arosa / Chur / Davos  
Grundbauer / -in EFZ, Chur  
Maurer / -in EFZ, Arosa / Chur / Davos  
Strassenbauer / -in EFZ, Chur / Cunter / Davos / Ilanz  
Strassenbaupraktiker / -in EBA, Chur / Cunter / Davos / Ilanz

## Unsere Lehrberufe 2026:

Baumaschinenmechaniker / -in EFZ, Chur  
Kaufmann / -frau EFZ, Chur



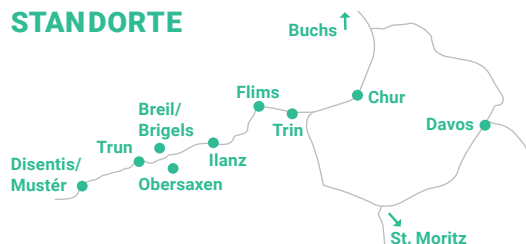
[www.zindelgruppe.ch](http://www.zindelgruppe.ch)

# ZINDEL GRUPPE



## MACH DINI LEHR BI ÜS!

### STANDORTE



## OFFENE LEHRSTELLEN

- › Lüftungsanlagenbauer:in EFZ
- › Lüftungsanlagenpraktiker:in EBA
- › Heizungsinstallateur:in EFZ
- › Heizungspraktiker:in EBA
- › Kältesystem-Monteur:in EFZ
- › Kältemontage-Praktiker:in EBA
- › Sanitärinstallateur:in EFZ
- › Sanitärpraktiker:in EBA
- › Kaufmann/Kauffrau EFZ
- › Montage-Elektriker:in EFZ
- › Elektroinstallateur:in EFZ
- › Multimediaelektroniker:in EFZ
- › Netzelektriker:in EFZ
- › Fachmann/Fachfrau Betriebsunterhalt EFZ
- › Unterhaltspraktiker:in EBA

## BENEFITS

- CHF 1 000.– Lohn im 1. Lehrjahr
- CHF 1 200.– Lohn im 2. Lehrjahr
- CHF 1 400.– Lohn im 3. Lehrjahr
- CHF 1 600.– Lohn im 4. Lehrjahr
- › 6 Wochen Ferien
- › Wir übernehmen die vollständigen Kosten für Schulbücher und Mobilität (ÖV) und einen Kostenanteil an deinem Laptop.
- › 1 Woche Einführungslager
- › Vorbereitung für deine LAP
- › Bei uns kannst du deine Lehre mit Berufsmatura (BMS) absolvieren.
- › Wir bieten vielen Lernenden nach Abschluss eine Festanstellung mit Weiterbildungsmöglichkeiten und Zukunftschancen an.



BEWERBEN



SCHNUPPERN



TOPLERBETRIEB  
Gebäudetechnik



# CARA LETTRICE, CARO LETTORE,

sono molto lieto che abbia tra le mani il giornale per la scelta professionale di quest'anno. I testi sono ancora più densi di significato, le informazioni ancora più facili da trovare e la panoramica del sistema formativo al centro del fascicolo è stata rielaborata. Il giornale per la scelta professionale si rivolge in primo luogo direttamente agli allievi e alle allieve. Esso fornisce però anche a insegnanti e persone che detengono l'autorità parentale spunti importanti per rendere più semplice il processo di scelta professionale insieme all'allievo/a o al/la figlio/a. Sono convinto che le allieve e gli allievi come pure gli adulti troveranno molte informazioni rilevanti e offerte di sostegno.

Curdin Tuor, capo dell'Ufficio della formazione professionale



*Curdin Tuor,  
capo dell'Ufficio  
della formazione professionale*

## CARA ALLIEVA, CARO ALLIEVO,

il giornale per la scelta professionale è pensato per te! Ti aiuta a orientarti durante l'intero processo di scelta professionale. Qui puoi ad esempio trovare informazioni riguardo a come la personalità influisce sulla scelta professionale, a quali formazioni professionali di base (apprendistati) e scuole di cultura generale (scuole medie superiori) esistono, a quanto sono molteplici le possibilità di perfezionamento professionale e a come nasce una professione. Rimarrai sorpreso/a di quante formazioni professionali di base esistono nei più svariati rami. Scoprirai anche a chi ti puoi rivolgere in caso avessi bisogno di sostegno nella scelta professionale. Inoltre troverai suggerimenti concreti per la ricerca di un posto di apprendistato.

Gli scambi con i tuoi compagni e le tue compagne di scuola, con gli e le insegnanti e anche con i tuoi genitori sono utili per il processo di scelta professionale: cogli questa opportunità, le sfide si affrontano infatti più facilmente insieme. Anche gli specialisti e le specialiste dell'orientamento professionale, negli studi e nella carriera dell'Ufficio della formazione professionale ti offrono sostegno. Ti auguro buon divertimento e ispirazione durante la lettura e soprattutto tanto successo nella scelta professionale!

**LE MOLTEPLICI OFFERTE  
DI FORMAZIONE E PERFE-  
ZIONAMENTO PROFES-  
SIONALE MI ENTUSIASMA-  
NO: SFRUTTATE  
ANCHE VOI LE POSSIBILI-  
TÀ E LE OPPORTUNITÀ  
PROPOSTE DAL NOSTRO  
ECCELLENTE SISTEMA  
FORMATIVO SVIZZERO.**

Presidente del Governo  
Dr. Jon Domenic Parolini

## IMPRESSUM

**Herausgeberin** Somedia Press AG, Someraustrasse 32, Postfach 491, 7007 Chur, Verleger: Hanspeter Lebrument, CEO: Thomas Kundert  
**Redaktion** Emilia Sommerau **Redaktionelle Mitarbeiter** Andreas Zuber, Anette Decurtins, Anina Caviezel, Anita Giezendanner-Schätti, Chantal Marti-Müller, Christian Ehrbar, Corina Grünenfelder, Franziska Angehrn, Franziska Borter, Monica Capelli, Nina Claudia Albin, Petra Wyss, Sandie Sumner Pahl, Ursina Kipfmüller **Layout** Emilia Sommerau **Bilder** zVg, Swiss Ski **Inserate** Somedia Promotion AG, Chur **Druck** Somedia Partner AG, Haag  
**Diese Ausgabe erscheint in folgenden Publikationen** Südostschweiz, Regionalausgabe Graubünden, Bündner Tagblatt **Auflage** 31620



**WILLI HAUSTECHNIK**

Wir bilden folgende Lehrberufe aus:

Sanitärinstallateur/in EFZ  
Heizungsinstallateur/in EFZ

Lüftungsanlagenbauer/in EFZ  
Gebäudetechnikplaner/in EFZ



Melde dich für eine Schnupperwoche an und beginne im Sommer 2025 eine Lehre bei uns. Weitere Informationen unter [next-job.ch/willi](https://next-job.ch/willi)

Industriestrasse 19 | 7001 Chur  
Telefon 081 286 99 44 | [info@willihaustechnik.ch](mailto:info@willihaustechnik.ch)  
[www.willihaustechnik.ch](http://www.willihaustechnik.ch)



Überall für alle

**SPITEX**  
Graubünden

Eine Ausbildung bei der Spitex

# SPITEX UND ICH!



Wir haben tolle Lehrstellen als

- > **Fachfrau/Fachmann Gesundheit EFZ (FaGe)**
- > **Assistentin/Assistent Gesundheit und Soziales EBA (AGS)**

Schnuppere jetzt bei uns rein:



**spitexundich.ch**

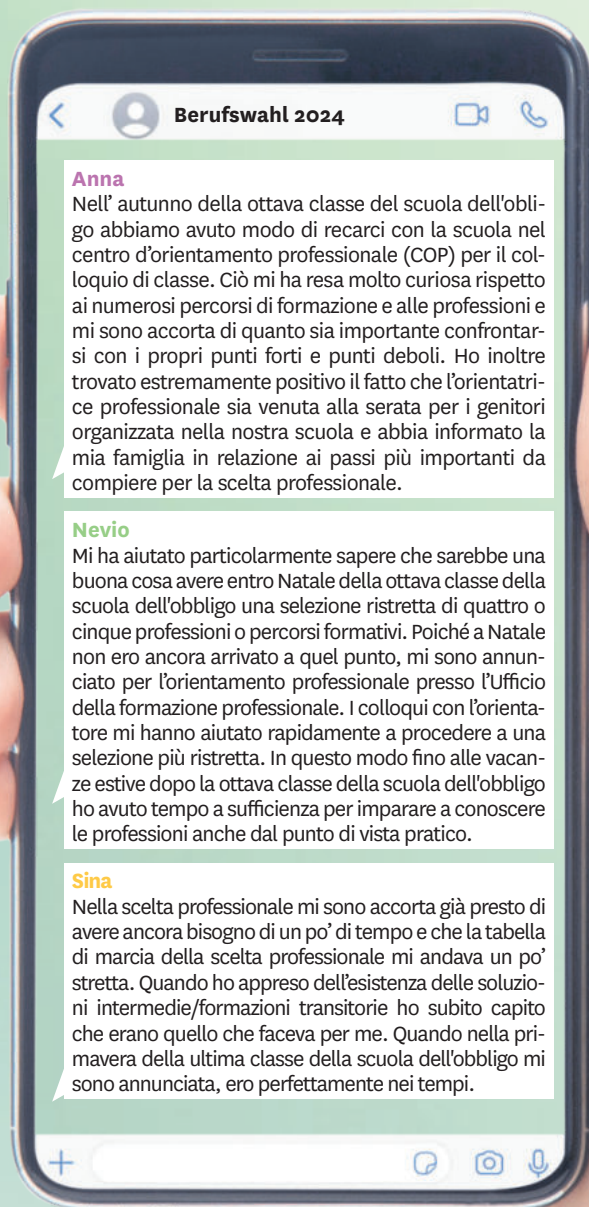


# PIANIFICAZIONE EFFICACE DELLA SCELTA PROFESSIONALE

PIANIFICARE

Trovare la giusta formazione dopo la scuola dell'obbligo è un compito avvincente, ma è anche una sfida. I seguenti sette passi della scelta professionale, integrati nella corretta tabella di marcia, costituiscono le fondamenta per un ingresso sicuro nel mondo del lavoro.

di Sandie Sumner Pahl, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale



Il primo contatto con il tema della scelta professionale avviene di norma all'inizio della ottava classe della scuola dell'obbligo. Con il processo di scelta professionale gli e le adolescenti compiono i loro primi passi nel vasto e interessante mondo del lavoro.

Per la prima volta nella loro vita gli e le adolescenti possono decidere da soli/e cosa desiderano imparare. «Non vedo l'ora di iniziare una formazione professionale di base (apprendistato) che mi permetta di combinare scuola e lavoro?», «Mi si addice forse di più una scuola di cultura generale (scuola media superiore)?», «Sono già pronto/a per la scelta professionale oppure per me sarebbe meglio un anno intermedio?» È importante che gli e le adolescenti compiano un primo passo sicuro nel mondo del lavoro. Inoltre, le opportunità derivanti dalla permeabilità del sistema formativo sono numerose e spesso è possibile raggiungere la professione dei propri sogni anche in combinazione con diverse formazioni.

Quest'estate Anna, le sue compagne e i suoi compagni hanno concluso la scuola dell'obbligo. I sette passi della scelta professionale, integrati nella tabella di marcia della scelta professionale, sono stati un aiuto ottimale per realizzare la loro scelta. Gli e le adolescenti hanno annotato i seguenti passi, per loro particolarmente importanti.

Affinché le opportunità nella scelta professionale e nell'assegnazione dei posti di apprendistato siano più eque possibili per tutti, i partner dell'orientamento professionale si sono accordati per assumere un impegno che stabilisce in particolare quanto segue:

- I posti di apprendistato disponibili vengono pubblicati non prima di agosto dell'anno che precede l'inizio dell'apprendistato.
- I contratti di apprendistato vengono stipulati al più presto un anno prima dell'inizio dell'apprendistato.
- I contratti di apprendistato vengono approvati non prima di settembre dell'anno precedente.

## 7 PASSI DELLA SCELTA PROFESSIONALE

**Conoscere sé stessi –  
interessi e punti di forza**

Chi sono io? Cosa so fare? Cosa voglio?

**Imparare a conoscere i percorsi professionali e formativi**

Quali professioni e percorsi formativi esistono?

**Confrontare gli interessi e i punti di forza  
con le abilità richieste dalle professioni e  
dai percorsi formativi**



**Esplorare professioni e percorsi formativi**

Svolgere stage di orientamento e partecipare ad eventi informativi



**Verificare le possibili professioni o scuole e decidere**



**Attuare: cercare un posto di apprendistato o iscriversi a una scuola superiore**



**Preparazione all'apprendistato, alla scuola media superiore o chiarimento della formazione transitoria**

Wie weiter nach der Berufslehre?

**b•gs**

# Berufsmaturität

**Ausrichtung Gesundheit und Soziales (BM G+S)**



Informiere dich an unseren Infoanlässen im Herbst

**Donnerstag, 5. September 2024, 19.00 Uhr**

**Infoabend über die verschiedenen BM-Studiengänge im Kanton Graubünden**

(Berufsmaturität nach der Lehre, BM 2)

**Dienstag, 24. September 2024, 18.30 Uhr**

**Hybrid-Infoabend über den BM-Studiengang Ausrichtung Gesundheit und Soziales**

(Berufsmaturität während und nach der Lehre, BM 1+2)

Die **Berufsmaturität** ergänzt die berufliche Grundbildung mit einer erweiterten Allgemeinbildung.  
**Sie ermöglicht den Zugang zu einer Fachhochschule FH.**

Die Berufsmatura in der Ausrichtung Gesundheit und Soziales kann am BGS auf folgenden Wegen erworben werden:

- während der Berufslehre<sup>1</sup> als BM 1
- nach der Lehre im Vollzeit- oder berufsbegleitenden Studium als BM 2

<sup>1</sup> Berufslehre als Fachperson Gesundheit (FaGe) oder Fachperson Betreuung (FaBe).

**Weitere Infos und Anmeldung zu den Infoanlässen unter [bgs-chur.ch](https://bgs-chur.ch)**

**BGS** · Bildungszentrum Gesundheit und Soziales – direkt am Bahnhof Chur



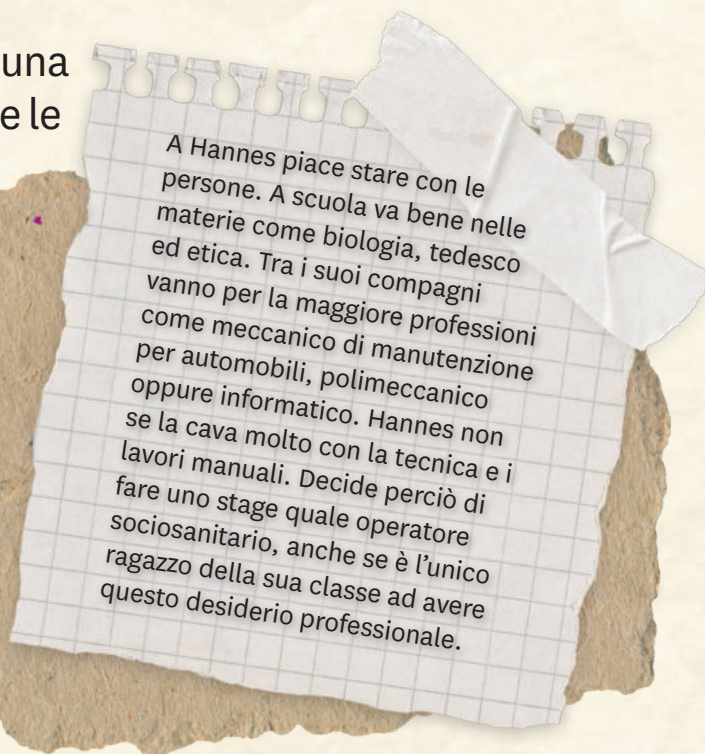


# LA PERSONALITÀ INFLUISCE SULLA SCELTA PROFESSIONALE

Le caratteristiche della personalità hanno una grande influenza sulla scelta professionale e le idee relative agli stereotipi di genere sono fattori importanti. Ma anche lo sviluppo della personalità è un fattore importante a favore o contro una determinata formazione professionale di base.

di Ursina Kipfmüller, vicerespensabile della sezione orientamento professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

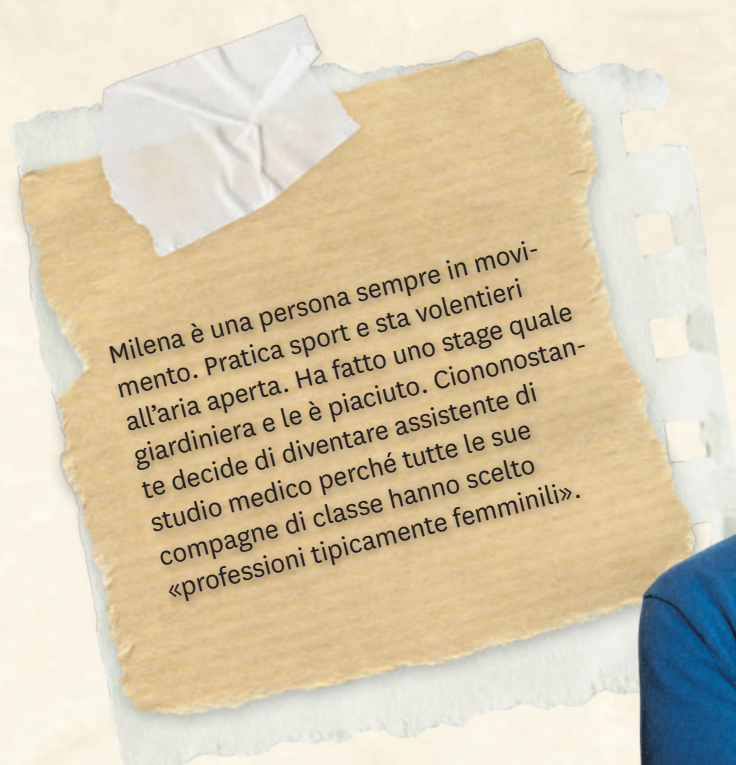
Nella lettera di motivazione si legge volentieri che il/la candidato/a è flessibile, capace di lavorare in gruppo o affidabile. Ma io lo sono davvero? A seconda della professione, le caratteristiche hanno significati diversi, ad es. «flessibile»: nelle professioni del settore della ristorazione o delle cure essere flessibili significa soprattutto essere disponibili a lavorare a orari irregolari o essere capaci di relazionarsi con le persone più diverse. Nel settore dell'edilizia la flessibilità è richiesta piuttosto in relazione a differenti luoghi di lavoro o condizioni climatiche. La consapevolezza riguardo alle caratteristiche della propria personalità e alle proprie capacità rappresenta perciò il primo passo nella scelta professionale.



## Lo sviluppo della personalità secondo Jane Loevinger quale fattore di influenza della scelta professionale

I bambini e le bambine si trovano nella «fase dell'impulso e dell'ego», vale a dire che si orientano alle proprie esigenze. Gli e le adolescenti si trovano nel «livello del noi». In questa fase è importante orientarsi al gruppo. Solo chi si trova nella «fase del giusto» o quantomeno nel passaggio verso questa fase può trovare una propria identità e quindi anche

una professione adatta. Ogni fase di sviluppo si fonda sulla precedente, nessuna fase può essere saltata. Il modello delle fasi dello sviluppo della personalità permette di spiegare le decisioni di Milena e di Hannes: si trovano in fasi differenti dello sviluppo della loro personalità.



# GASTRO STORY

STORIES  
ANSEHEN!



## MIT SAPHIRA AUF ENTDECKUNGSREISE

Folge der Gastro Story auf Social Media und lerne gemeinsam mit Saphira spannende Menschen und ihren Beruf im Gastgewerbe kennen. Auf [gastrostory.ch](https://gastrostory.ch) findest du ausserdem alle Informationen zu den Lehrberufen sowie offene Lehrstellen in deiner Region.



PRÄSENTIERT VON:

GASTROGRAUBÜNDEN

berufe  
hotelgastro





# «DOVE POSSO INFORMARMI IN MERITO AL MONDO DEL LAVORO?»

È possibile scegliere una formazione professionale di base soltanto quando si conosce l'offerta. Orientarsi nel mondo del lavoro è perciò un passo importante nel processo di scelta professionale. Per conoscere le differenti formazioni professionali di base occorrono informazioni. Queste sono disponibili gratuitamente sia in loco presso il centro d'orientamento professionale (COP) sia online. di Franziska Angehrn, specialista in informazione e documentazione, Ufficio della formazione professionale

Assistente di manutenzione per automobili CFP, addetto sondatore CFP, progettista di sistemi di refrigerazione AFC, tecnico alimentarista AFC, mediamatica AFC oppure impiegato di gastronomia standardizzata AFC:

ecco una piccola selezione di professioni che possono essere apprese in Svizzera. Per sapere

quale formazione professionale di base sia adatta occorre dapprima conoscere il mondo del lavoro. Per fare questo vi sono diverse possibilità. Indipendentemente da dove ci si informa è opportuno affrontare il mondo del lavoro con uno spirito aperto. Forse la professione desiderata si cela dietro una denominazione che non si è mai sentita. Vale perciò la pena guardare con maggiore attenzione proprio alle professioni riguardo alle quali sulle prime non si riesce ancora a immaginarsi granché.

**Sfruttare i centri d'orientamento professionale (COP) e i contatti**  
Nei COP regionali è possibile prendere in prestito materiale informativo relativo a tutte le formazioni professionali di base. Con fotografie, descrizioni delle professioni e ritratti di professionisti gli opuscoli trasmettono una prima impressione delle corrispondenti professioni. Per una migliore panoramica, nei COP le formazioni professionali di base sono articolate in 22 settori professionali. Titoli sovraordinati come «Alimentazione», «Pianificazione/costruzione» oppure «Trasporti/logistica/sicurezza» permettono anche parenti e conoscenti possono fungere da punti di contatto per imparare a conoscere il mondo del lavoro. Quali professioni esercitano? Quali sono le attività principali? Cosa piace loro delle loro professioni? Cosa piace loro meno e perché?

Qui si trovano maggiori informazioni sugli eventi informativi



## Eventi informativi

Eventi informativi proposti da imprese in loco o anche online sono utili per confrontarsi in modo più approfondito con singole formazioni professionali di base. Vale la pena sfruttare tali offerte, poiché offrono la possibilità di imparare a conoscere di prima mano le formazioni professionali. Inoltre è possibile porre domande e farsi una prima impressione della relativa azienda formatrice.

**Domande relative alla scelta professionale?**  
L'orientamento professionale aiuta.

## orientamento.ch

«orientamento.ch» è il portale d'informazione svizzero ufficiale dell'orientamento professionale, negli studi e nella carriera. Questo sito web presenta tra l'altro le attività principali e i requisiti di tutte le formazioni professionali di base. Per farsi un'idea vicina alla realtà nelle differenti professioni, su «orientamento.ch» sono a disposizione anche numerosi brevi video, nei quali degli apprendisti e delle apprendiste illustrano la loro quotidianità professionale e raccontano perché hanno optato per una determinata formazione professionale di base.

## BIZ-App

La BIZ-App gratuita permette di accedere al mondo del lavoro tramite lo smartphone. Può essere scaricata dall'App Store (iOS) oppure da Google Play Store (Android) e funziona senza registrazione. Alla rubrica «Lista delle professioni» si trovano brevi informazioni relative alle formazioni professionali di base. Sono elencate anche le aziende del Cantone che dispongono di una cosiddetta autorizzazione alla formazione e che possono quindi formare apprendisti.



Qui si trovano interessanti video





# Voll PDGR!

Psychiatrische  
Dienste Graubünden



Bewirb dich.

**Eine Lehre bei den PDGR**

[www.pdgr.ch/lehre](http://www.pdgr.ch/lehre)



Fachfrau / Fachmann Betreuung



Fachfrau / Fachmann Betriebsunterhalt



Fachfrau / Fachmann Hotellerie-Hauswirtschaft



Fachfrau / Fachmann Gesundheit



Kauffrau / Kaufmann



Floristin / Florist



Köchin / Koch



Gärtnerin / Gärtner



Informatikerin / Informatiker



Folge unseren Geschichten auf der PDGR-Webseite.

Mis  schloht fürs CADONAU - und dis?



SCAN ME

Pflege, Hauswirtschaft, Büro oder Betriebsunterhalt? Deine Lehre bei uns!



CADONAU





Con il termine «formazione professionale di base» si intende una formazione professionale che di norma viene iniziata subito dopo la scuola dell'obbligo. Chi svolge una formazione professionale di base impara tutto ciò che è importante per esercitare l'attività in una professione. A seconda della durata e del contenuto, la formazione professionale di base viene conclusa con un certificato federale di formazione pratica CFP oppure con un attestato federale di capacità AFC. La formazione professionale di base si compone della formazione aziendale presso l'azienda formatrice e della formazione scolastica presso la scuola professionale. Questa suddivisione tra formazione pratica presso l'azienda formatrice e formazione teorica nella scuola professionale viene definita sistema duale. In aggiunta, abilità pratiche specifiche vengono approfondite nei corsi interaziendali (CI).

# LA FORMAZIONE PROFESSIONALE DI BASE: IL COSIDDETTO «APPRENDISTATO»

In Svizzera esistono circa 250 formazioni professionali di base, circa 160 delle quali vengono offerte nei Grigioni. Durante la formazione professionale di base vengono trasmesse conoscenze e competen-

ze necessarie per esercitare una professione. Chi ha concluso con successo una formazione professionale di base dispone degli strumenti necessari per esercitare la professione appresa e ha molte possibilità di seguire un perfezionamento professionale.

di Petra Wyss, caposezione orientamento professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

## Certificato federale di formazione pratica CFP

La formazione professionale di base della durata di due anni è pensata per adolescenti con difficoltà scolastiche ma portati per le mansioni pratiche e consente loro di conseguire il CFP con un profilo professionale individuale. Dopo un CFP è possibile accedere a una formazione professionale di base della durata di 3 o 4 anni con il rilascio di un attestato federale di capacità (AFC).

## Attestato federale di capacità AFC

Durante le formazioni professionali di base di tre o quattro anni vengono acquisite qualifiche che abilitano all'esercizio della professione corrispondente. L'AFC conseguito permette di accedere alla formazione professionale superiore.

## Maturità professionale durante la formazione professionale di base (MP 1)

In caso di prestazioni scolastiche molto buone, nel corso della formazione professionale di base della durata di tre o quattro anni è possibile frequentare la scuola di maturità professionale. Essa integra la formazione professionale di base con una formazione di cultura generale ampliata e consente di accedere a un percorso di studi di taglio pratico presso una scuola universitaria professionale. Se a integra-

zione della maturità professionale viene frequentata la formazione passerella sussiste la possibilità di studiare presso un'università (vedi pagina 15).

## Formazione di base organizzata quale formazione in azienda o scolastica

La formazione di base organizzata quale formazione in azienda definisce la formazione professionale di base che ha luogo principalmente presso un'azienda formatrice. Nel caso della formazione di base organizzata quale formazione scolastica, la formazione di base si svolge principalmente presso un istituto scolastico. Ciò può essere il caso ad esempio di una scuola d'arti e mestieri, di una scuola media di commercio o di informatica. Le abilità pratiche vengono acquisite presso la scuola o la scuola d'arti e mestieri stessa e di norma nel quadro di periodi di pratica in azienda.



A seconda della professione, la formazione in un'azienda di apprendistato e la relativa frequenza di una scuola professionale richiedono risultati scolastici molto diversi. Le informazioni sui requisiti dei rispettivi programmi di formazione professionale di base sono disponibili su [orientamento.ch](http://orientamento.ch) > professioni > professioni: AFC e CFP

## CFP o AFC – cosa fa al caso mio?

Spesso non è semplice rispondere alla domanda se si debba ambire a una formazione professionale di base di due, tre o quattro anni quale primo passo nel mondo del lavoro. È pertanto importante conoscere diverse professioni e poterle mettere a confronto: Con quali attività mi trovo a mio agio? Le mie prestazioni scolastiche sono sufficienti? Mi sento a mio agio nel team? Gli e le adolescenti possono chiarire queste e altre domande in stage di orientamento, colloqui di presentazione oppure attraverso l'orientamento professionale.

# Berufsorientierungswoche

16.–20. September 2024

# 4 Berufe in 2 Tagen



Barrierefreies **Schnuppern** in **4** oder **8** **Lehrberufen**.  
Lerne dabei deine **zukünftige Wunschausbildung**  
bei EMS kennen.

Informationen und Anmeldung: [www.LehrebeiEMS.ch](http://www.LehrebeiEMS.ch)



Anlagenführer EFZ  
(m/w/d)



Elektroniker EFZ  
(m/w/d)



Fachfrau/-mann  
Betriebsunterhalt EFZ  
(m/w/d)



Informatiker EFZ  
(m/w/d)



Konstrukteur EFZ  
(m/w/d)



Kauffrau/-mann EFZ  
(m/w/d)



Logistiker EFZ  
(m/w/d)



Mechanikpraktiker EBA  
(m/w/d)

Starte mit uns in  
die Zukunft



Informiere dich über aktuelle  
Lehrstellen





# GLI ADULTI E LA FORMAZIONE PROFESSIONALE DI BASE: VIE CHE CONDUCONO ALL'ATTESTATO PROFESSIONALE

La maggior parte delle persone in Svizzera frequenta la scuola dell'obbligo e in seguito una formazione professionale di base. Per via della permeabilità del sistema formativo, con l'attestato federale di capacità (AFC) o il certificato federale di formazione pratica (CFP) in tasca si aprono le porte per altre formazioni.




di Franziska Borter, ispettrice delle professioni, Ufficio della formazione professionale

Per tutti i percorsi di qualifica AFC, la conoscenza del tedesco o dell'italiano a livello B1 o B2 è un prerequisito (in particolare la comprensione e la riproduzione di testi).

Scansiona il codice per una consulenza sulla formazione professionale di base per adulti



Quali possibilità esistono quando degli adulti desiderano seguire a posteriori una formazione professionale di base o addirittura ottenere un secondo AFC? Forse le circostanze in età adolescenziale hanno impedito l'accesso alla formazione professionale di base oppure ci si trova nel pieno della vita professionale e si desidera ricominciare da capo. L'Ufficio della formazione professionale fornisce informazioni e consulenza sul tema «attestato professionale per adulti»; l'attestato professionale non conosce infatti limiti d'età. Al contrario: le esperienze già raccolte quale adulto/a aprono diverse vie che conducono all'attestato professionale nella professione dei sogni.

	Accorciamento della formazione professionale di base (con contratto di apprendistato)	Ammissione diretta alla procedura di qualificazione (senza contratto di apprendistato)	Validazione degli apprendimenti acquisiti (senza contratto di apprendistato)
Descrizione	La durata della formazione viene ridotta di uno o due anni a seguito di una formazione preliminare riconosciuta	Viene sostenuto direttamente l'esame finale sulla base dell'esperienza professionale; è possibile frequentare la scuola professionale	Allestimento di un dossier che dimostra che gli obiettivi formativi sono già soddisfatti a seguito dell'esperienza professionale
Condizione	Viene stipulato un rapporto di apprendistato con regolare contratto	L'ammissione avviene da parte dell'Ufficio della formazione professionale (UCFP)	L'attribuzione avviene da parte dell'UCFP al Cantone in cui si svolge la procedura corrispondente
Presupposto	Una prima formazione professionale di base conclusa (CFP, AFC, maturità)	Almeno cinque anni di esperienza professionale, di cui da due a quattro nella professione auspicata, domicilio nel Cantone dei Grigioni	Almeno cinque anni di esperienza professionale, di cui da due a quattro nella professione auspicata, domicilio nel Cantone dei Grigioni
Ulteriori informazioni si trovano su			



# Eine Lehre mit Power.

Nutze unsere Schnupperangebote und erfahre mehr über unsere Lehrestellen im Bereich Elektrotechnik.

Zum Beispiel als:

- Elektroinstallateur:in EFZ
- Montage-Elektriker:in EFZ

Schau dir unser Angebot an!  
[lehre.etavis.ch](http://lehre.etavis.ch)



Chur | Domat/Ems | Valbella

# FÜRS LEBEN.

  
**ems**  
SCHIERS

FÜRS LERNEN, FÜRS WEITERKOMMEN UND FÜR LEBENSLANGE  
FREUNDSCHAFTEN. DIE EMS SCHIERS IST DEIN GYMI UND DEINE FMS.

**BESUCHE UNSERE  
INFOANLÄSSE**

Di, 10.09., 19.15 Uhr, EMS Schiers  
Infos zur Aufnahmeprüfung und zur 1. Klasse  
des Gymis

Di, 17.09., 19.15 Uhr, Schulhaus Klosters-Platz  
Infos zur Aufnahmeprüfung, zur 1. Klasse  
des Gymis und zur Einheitsprüfung, zur 3. Klasse  
des Gymis und zur 1. Klasse der FMS

Do, 19.09., 18.30 Uhr, EMS Schiers  
Infos zum Musikgymi

Do, 19.09., 19.15 Uhr, EMS Schiers  
Infos zur Einheitsprüfung, zur 3. Klasse  
des Gymis und zur 1. Klasse der FMS

Weitere Infos findest du unter  
[ems-schiers.ch/infoanlass](http://ems-schiers.ch/infoanlass)





# LA MATURITÀ PROFESSIONALE (MP)

La maturità professionale integra la formazione professionale di base con una cultura generale ampliata. Essa può essere conseguita al termine della formazione professionale di base o in un secondo momento e permette di accedere a studi affini alla professione presso una scuola universitaria professionale nonché, dopo aver seguito una formazione

passerella, a un'università. di Petra Wyss, caposezione orientamento professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

## Maturità professionale durante la formazione professionale di base (MP 1): presupposti

Con il consenso dell'azienda formatrice e il superamento di un esame d'ammissione nel Cantone dei Grigioni è possibile frequentare le lezioni di maturità professionale. È ammesso senza esame chi ha ottenuto la promozione alla quarta classe liceale oppure nell'anno dell'ammissione o nell'anno civile precedente ha superato l'esame d'ammissione a una scuola specializzata, a una scuola media di informatica o a una scuola media di commercio e ha frequentato l'ultima classe del scuola dell'obbligo oppure è stato ammesso dalla scuola di maturità professionale sulla base di presupposti equivalenti.

La maturità professionale prevede cinque indirizzi:

- Creazione e arte
- Sanità e socialità
- Natura, paesaggio e alimentazione
- Tecnica, architettura, scienze della vita
- Economia (tipo E) e servizi (tipo S)

Nel Cantone dei Grigioni, il settore chiave e complementare «socialità» e l'indirizzo «natura, paesaggio e alimentazione» possono essere frequentati solo dopo la formazione professionale di base. Attualmente il tipo «servizi» non viene offerto.

## Maturità professionale dopo la formazione professionale di base (MP 2): presupposti

Alla procedura di ammissione per cicli di studio MP 2 sono ammesse persone in possesso di un attestato federale di capacità (AFC). Possono essere considerati ulteriori elementi quali l'esame d'ammissione e/o un colloquio d'ammissione oppure un test attitudinale.

In caso di maturità professionale durante la formazione professionale di base l'indirizzo viene definito per lo più dalla formazione professionale di base. In caso di maturità professionale dopo la formazione professionale di base l'orientamento e il tipo possono essere scelti liberamente. Tuttavia è opportuno tenere conto degli obiettivi e dei contenuti di un eventuale ciclo di studio a livello di scuola universitaria professionale che si intende seguire in futuro.

## Studio

Il piano di studio quadro contiene un settore base, un settore chiave e un settore complementare. Il settore base consiste per tutti gli indirizzi in prima e seconda lingua nazionale, inglese e matematica. Il settore chiave si orienta alla formazione professionale di base e contemporaneamente si conforma agli indirizzi di studio affini delle scuole universitarie professionali. Fa inoltre parte della formazione un progetto didattico interdisciplinare.

## Costi

La frequenza della scuola nei Grigioni è gratuita per tutti i residenti del cantone. I costi per materiale didattico, progetti, diplomi di lingua ed escursioni sono a carico dei partecipanti. Viene riscossa una tassa d'iscrizione. Le singole scuole offrono corsi di preparazione a pagamento in tedesco, matematica e italiano.

## Accesso alla scuola universitaria

Le persone in possesso di una maturità professionale hanno diritto di accedere senza esame a un indirizzo di studio affine alla professione presso una scuola universitaria professionale. Oltre al presupposto di ammissione formale possono valere condizioni di ammissione supplementari come periodi di pratica, test attitudinali, ecc. Chi in aggiunta alla maturità professionale ha superato l'esame complementare passerella è ammesso agli studi presso un'università oppure un'alta scuola pedagogica.



Maggiori informazioni sulla MP 1 sono disponibili qui



mentre qui trovi maggiori informazioni sulla MP 2



# Vorsicht Hochspannung!

## Interessante Berufe in der Elektrotechnik Lehrbeginn 2025

Elektroinstallateur/in EFZ  
Montage-Elektriker/in EFZ



### Aktuelle Lehrstellen

findest du unter  
[meineelektrolehre.ch](http://meineelektrolehre.ch)

**Caviezel**  
Davos

**Christoffel**  
Davos

**Fliri & Conrad**  
Sta. Maria

**Rast**  
Küblis

**Bassi**  
Arosa

**Schönholzer**  
Chur

**Electra Buin**  
Scuol  
Zernez

**Rüegg**  
Lenzerheide

**Derungs**  
Ilanz  
Flims

**Triulzi**  
St. Moritz  
Bergün

Gebäudetechnik, die verbindet



**Lehrstellencheck.ch**

**Das Lehrstellenportal der Südostschweiz**



Scan me

- Firmenprofile und Lehrstellenangebote
- Ratgeber mit Tipps zur Bewerbung und Vorstellung





# LE OFFERTE DI FORMAZIONE DELLE SCUOLE MEDIE SUPERIORI

ORIENTARSI



Le scuole medie superiori nei Grigioni propongono a livello di grado secondario II diverse offerte di formazione con una formazione generale ampia e approfondita per la preparazione agli studi universitari. Il settore delle scuole medie superiori nei Grigioni comprende otto scuole medie superiori private nelle valli nonché la Scuola cantonale grigione di Coira. **di Christian Ehrbar, vice capoufficio,**

**cio, responsabile marketing della formazione, centri abitativi/mense e progetti, Ufficio della formazione medio-superiore**

L'offerta di formazione delle scuole medie superiori grigionesi comprende attualmente il liceo, la scuola specializzata (SS), nonché la scuola media di commercio (SMC). A partire dall'anno scolastico 2025/26 l'offerta sarà ampliata con la scuola media di informatica (SMI). Eccezion fatta per il liceo inferiore, le formazioni appartengono al grado secondario II e si svolgono a seconda dell'età parallelamente alla formazione professionale di base organizzata dalle aziende.

## Liceo

La formazione di sei o quattro anni presso il liceo di una scuola media superiore grigionesa impartisce una formazione generale approfondita e prepara gli allievi e le allieve agli studi universitari. La maturità liceale consente l'accesso diretto e senza esami alla maggior parte dei cicli di studio presso l'ETH/EPFL, le università e le alte scuole pedagogiche nonché con prestazioni supplementari (esperienza nel mondo del lavoro) alle scuole universitarie professionali.

## Scuola specializzata SS

La SS prepara gli allievi e le allieve a una formazione professionale presso una scuola specializzata superiore oppure, con la maturità specializzata, a uno studio presso una scuola universitaria professionale o un'alta scuola pedagogica. Dopo la scuola dell'obbligo gli allievi e le allieve della SS ricevono per tre anni una vasta formazione generale integrata con punti centrali riferiti al settore professionale nei tre settori professionali salute, pedagogia e lavoro sociale. Dopo il conseguimento del certificato di scuola specializzata gli allievi e le allieve possono conseguire la maturità specializzata nel settore professionale di loro scelta in un quarto anno di formazione tramite un periodo di pratica professionale (salute o lavoro sociale) oppure una formazione scolastica approfondita (pedagogia).

## Scuola media di commercio (SMC)

La SMC impartisce una formazione orientata alla professione e consente entro un totale di quattro anni di conseguire il diploma con un attestato federale di capacità (AFC) quale impiegato/a di commercio con maturità professionale con indirizzo economia. Dopo una parte di formazione scolastica di tre anni, nel quarto anno di formazione gli allievi e le allieve conseguono esperienze professionali reali nel quadro di un periodo di pratica aziendale di un anno nel settore commerciale. Il diploma con AFC e maturità professionale consente ai diplomati e alle diplomate di accedere direttamente al mercato del lavoro oppure di intraprendere studi presso una scuola specializzata superiore o una scuola universitaria professionale.

## Scuola media di informatica SMI (nuova)

Con la SMI, a partire dall'anno scolastico 2025/26 nei Grigioni sarà introdotta un'offerta formativa che, nel quadro di una formazione di base organizzata a livello scolastico con maturità professionale, preparerà gli allievi e le allieve a un'attività professionale nel settore informatico oppure a studi presso una scuola universitaria professionale. La formazione di quattro anni comprende tre anni di insegnamento scolastico con una vasta formazione generale e in seguito un periodo di pratica professionale della durata di un anno. A conclusione della SMI, i diplomati e le diplomate ricevono l'attestato federale di capacità (AFC) di informatico/a nonché la maturità professionale federale.

### Procedura di ammissione

La procedura di ammissione per un'offerta di formazione presso una scuola media superiore grigionesa prevede un esame d'ammissione cantonale unitario. Tutte le informazioni relative alla procedura di ammissione sono raccolte su «mittelschulen.gr.ch». Inoltre, prima degli esami d'ammissione si svolgono eventi informativi presso diverse sedi scolastiche.

### Date di iscrizione e date degli esami per gli esami d'ammissione alle scuole medie superiori per il 2025:

Esame d'ammissione alla 1a classe del liceo (liceo inferiore):  
Iscrizione entro il 16 dicembre 2024 /  
Esame l'11 febbraio 2025

Esame unitario di ammissione alla 3a classe del liceo e alla 1a classe della SS/SMC/SMI:  
Iscrizione entro il 13 gennaio 2025 /  
Esame l'11 marzo 2025



Clicca qui per maggiori informazioni sui programmi di formazione delle scuole secondarie.





# IL SISTEMA FORMATIVO

Il sistema formativo svizzero offre un gran numero di possibilità per dare forma alla propria carriera professionale. Sia una formazione professionale

## Formazione professionale superiore

Della formazione professionale superiore fanno parte le scuole specializzate superiori (SSS) e gli esami federali (esami professionali ed esami professionali superiori). L'accesso alla formazione professionale superiore è concesso ai professionisti con un attestato federale di capacità oppure un diploma equivalente ed esperienza professionale pluriennale. I corsi della formazione professionale superiore combinano l'insegnamento teorico e la pratica professionale e impartiscono le conoscenze e le competenze necessarie per assumere responsabilità specialistiche e direttive. Le formazioni durano di norma dai due ai quattro anni e vengono perlopiù offerte parallelamente alla professione.

## Formazioni transitorie

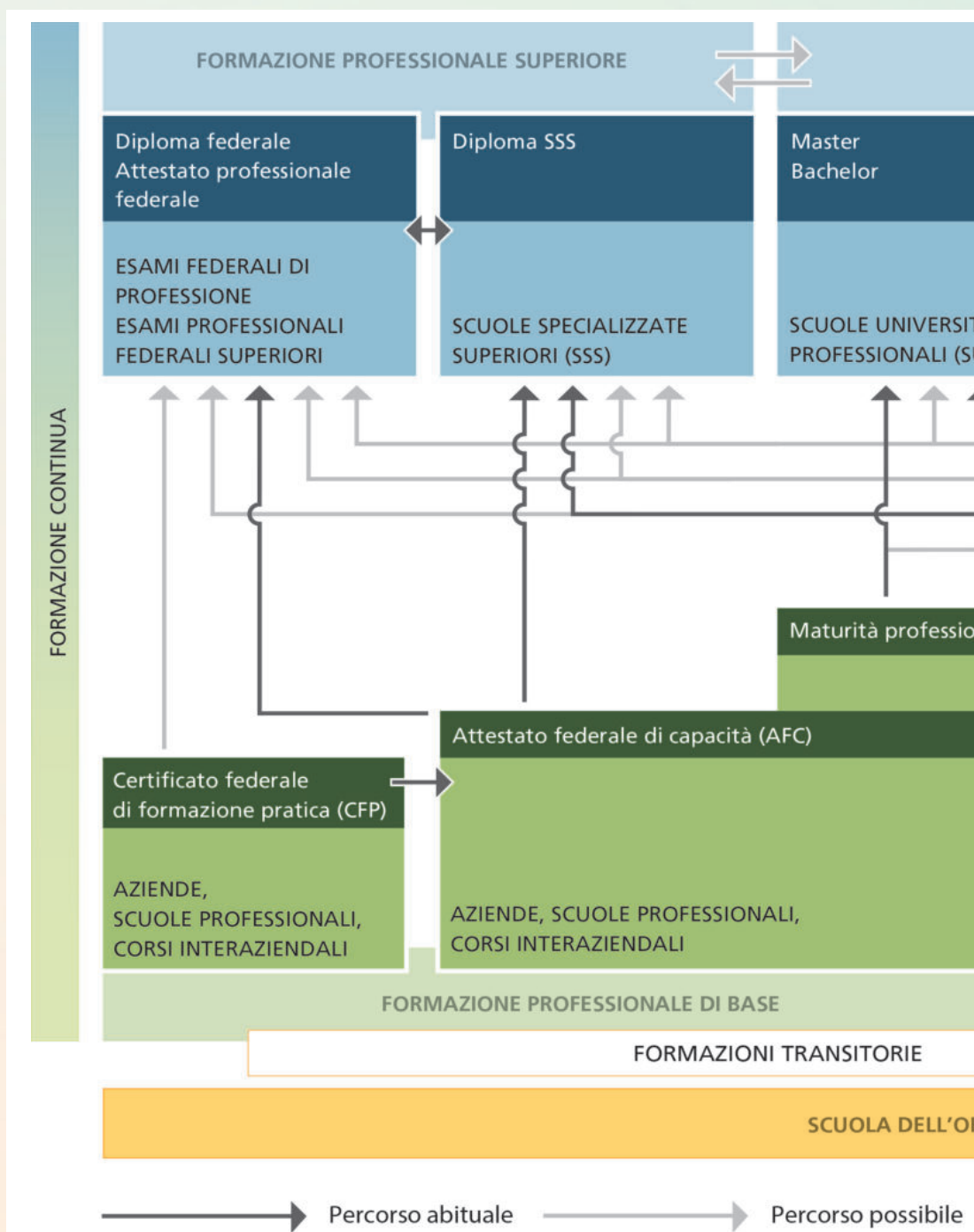
Dopo la scuola dell'obbligo non tutti gli e le adolescenti sono pronti/e per una formazione professionale di base o per una scuola di cultura generale. Le formazioni transitorie vengono offerte per preparare alla formazione professionale di base gli e le adolescenti che denotano lacune formative e presentano esigenze formative individuali al termine della scuola dell'obbligo.

## Formazione professionale di base (apprendistato)

La formazione professionale di base segue la scuola dell'obbligo e a seconda del diploma dura tra i due e i quattro anni. Esistono due diplomi di formazione che possono essere conseguiti con una formazione professionale di base:

- Certificato federale di formazione pratica CFP (due anni)
- Attestato federale di capacità AFC (tre o quattro anni)

In caso di prestazioni scolastiche molto buone, nel corso della formazione di base per l'AFC è possibile frequentare i corsi in vista del conseguimento della maturità professionale.

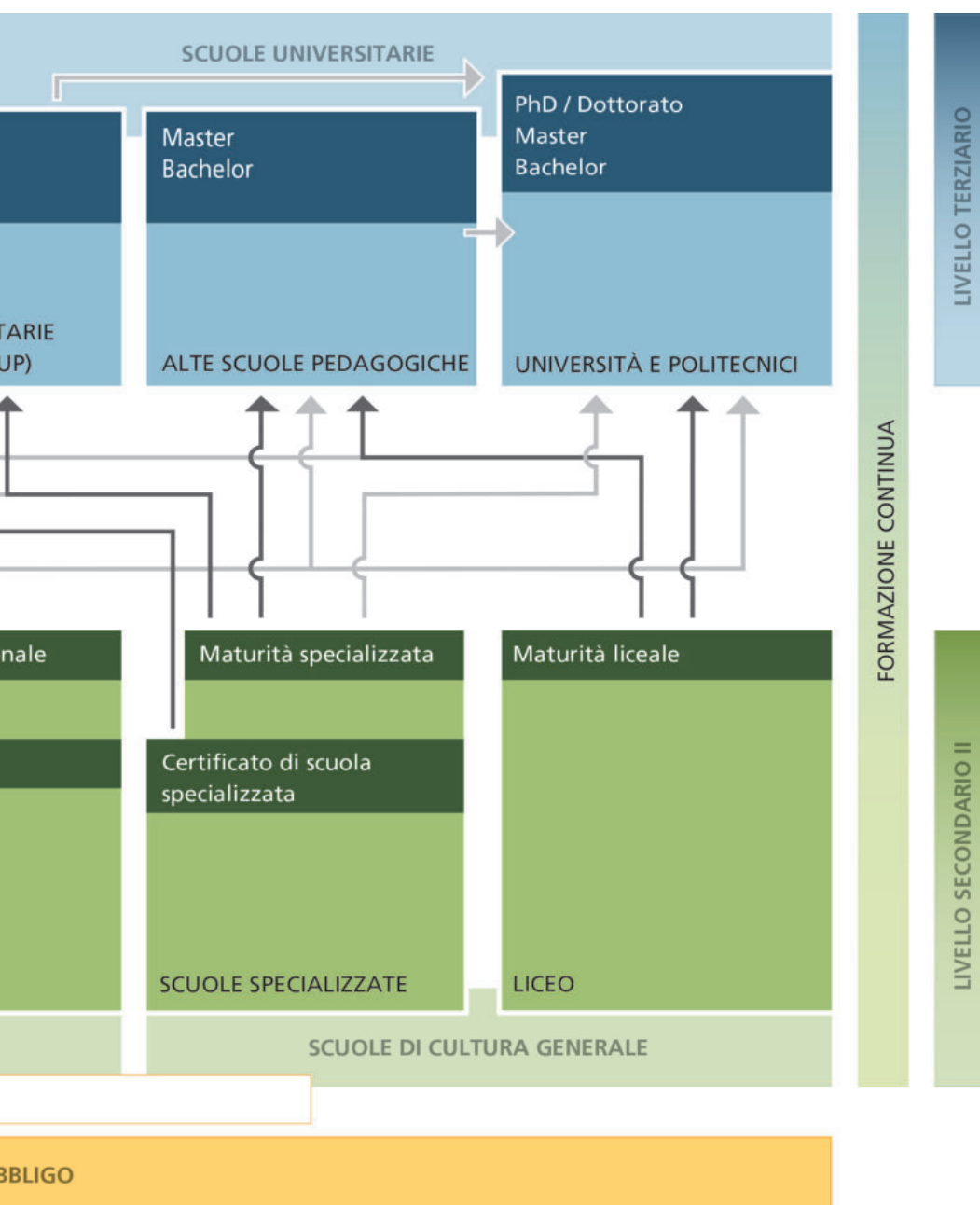






di base sia una scuola di cultura generale offrono possibilità di ulteriore sviluppo variegata ed equivalenti.

di Petra Wyss, caposezione orientamento professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale



### Scuole universitarie

Vi sono tre tipi di scuole universitarie: scuole universitarie professionali (SUP), alte scuole pedagogiche (ASP) e università. Tra le università rientrano le università cantonali e i politecnici federali ETH/EPFL. Esse svolgono ricerca di base, sulla quale si fonda anche il loro insegnamento. SUP e ASP si orientano alla pratica e si specializzano nella ricerca applicata. Tutte e tre le tipologie di scuole universitarie offrono cicli di studio bachelor e master nonché perfezionamenti professionali.

### Perfezionamento professionale

Varie istituzioni come scuole private e pubbliche, imprese o associazioni di categoria offrono perfezionamenti professionali. Di norma, per tali perfezionamenti non serve alcuna formazione preliminare specifica. Lo scopo di questo formato di perfezionamento professionale consiste nell'ampliamento delle competenze nel settore professionale precedente oppure nell'acquisizione di competenze in un nuovo settore affinché l'accesso al riorientamento professionale risulti agevolato oppure possa essere preso in considerazione. Le formazioni si concludono con un diploma di una scuola o di un'associazione, con una conferma di partecipazione al corso, ecc.

### Scuole di cultura generale (scuole medie superiori)

Fanno parte delle scuole medie superiori il liceo e la scuola specializzata. La scuola specializzata inizia dopo la scuola dell'obbligo e dura tre anni fino al conseguimento del certificato di scuola specializzata e quattro anni fino al conseguimento della maturità specializzata nei settori professionali salute, pedagogia o lavoro sociale. Il liceo della durata di sei anni segue la sesta classe della scuola elementare, quello della durata di quattro anni segue la seconda o la terza classe della scuola superiore.

SEFRI 2019



## Studium mit Aussicht?

### Werde Physiotherapeut/-in in den Bündner Bergen!

Bei der SUPSI Landquart profitierst du von einem modernen Studium in familiärem Umfeld und mit hohem Praxisbezug. Und das Beste: Nach der Vorlesung sind die Skipiste oder der nächste Bike-Trail auch nicht weit weg! Melde dich jetzt für unser einzigartiges Physiotherapie-Studium an!

Infoabende ab Oktober 2024  
Daten & Anmeldung: [supsi-landquart.ch](https://supsi-landquart.ch)

SUPSI Landquart  
Weststrasse 8, 7302 Landquart



EHL Hotelfachschule Passugg

### Deine internationale Karriere beginnt hier!

Starte bei uns deine vielseitige Lehre als:

- Hotel-Kommunikationsfachfrau/-mann EFZ
- Kauffrau/-mann EFZ
- Köchin/Koch EFZ



#### Entdecke unsere Schnuppertage

Scanne den QR Code ein und melde dich noch heute zu einem Schnuppertag an!

# FREIE LEHRSTELLEN BEIM KANTON 2025

B  
E  
R  
U  
F  
E

- » Hotellerie / Gastronomie
- » Technik und IT
- » Landwirtschaft
- » Administration
- » Handwerk



**Bewirb dich jetzt !**



[www.lehre.gr.ch](https://www.lehre.gr.ch)

**FLURYSTIFTUNG**   
GESUNDHEITSVERSORGUNG

future

### Eine Ausbildung in der Flury Stiftung

Ausbildungsqualität in modernen Strukturen

Möchtest du den Grundstein deiner beruflichen Laufbahn mit einer Ausbildung in einem vielseitigen Unternehmen legen? Dann bist du bei der Flury Stiftung genau richtig. Mit einer Ausbildung öffnen sich viele Türen. Gestalte mit uns deinen Weg in die berufliche Zukunft.

Per 1. August 2025 vergeben wir folgende Lehrstellen:

- › Fachperson Hauswirtschaft EFZ
- › Fachperson Gesundheit EFZ
- › Hauswirtschaftspraktiker\*in EBA
- › Assistent\*in Gesundheit und Soziales EBA
- › Köch\*in EFZ
- › Kauffrau/-mann EFZ (E- oder M-Profi)
- › Küchenangestellte\*r EBA
- › Fachperson Betreuung EFZ Kind
- › ICT Fachperson EFZ

Weitere Informationen findest du hier:



FLURYSTIFTUNG.CH |





# NESSUNA SOLUZIONE SUCCESSIVA: E ORA?

## Case management formazione professionale

Il case management formazione professionale (CMFP) si rivolge ad adolescenti e giovani adulti/e tra i 14 e i 25 anni. L'offerta è presente in tutto il Cantone e le consulenze vengono fornite in tutte e tre le lingue cantonali. A partire dal secondo semestre della ottava classe della scuola dell'obbligo gli e le adolescenti possono annunciarsi al CMFP tramite l'orientamento professionale. Un accompagnamento da parte del CMFP è possibile quando vi sono elementi che indicano che gli o le adolescenti necessitano di ulteriore sostegno al fine di trovare una soluzione successiva alla conclusione della scuola dell'obbligo. Adolescenti e giovani adulti/e possono fare capo all'accompagnamento del CMFP anche se dopo la scuola dell'obbligo o dopo una formazione transitoria non hanno una soluzione successiva oppure se hanno interrotto una formazione professionale di base o una formazione transitoria. La partecipazione è facoltativa e gratuita.

Se gli e le adolescenti necessitano di più sostegno per trovare una soluzione successiva, se il primo posto di apprendistato non li/le entusiasma oppure se sono ancora incerti/e rispetto a quale sia la professione che fa al caso loro, esistono diverse offerte per sostenerli/e nel loro percorso verso la formazione professionale di base. di Monica Capelli, responsabile team case management formazione professionale, Ufficio della formazione professionale



### Sostegno mirato

Il CMFP fornisce sostegno agli e alle adolescenti con misure mirate e individuali nel loro percorso verso la formazione professionale di base. È importante trovare un equilibrio tra sostegno e aiuto all'autoaiuto. Nel CMFP gli e le adolescenti vengono messi/e in condizione di aiutare sé stessi/e e di crescere mentre affrontano i loro compiti per poter poi completare con successo una formazione professionale. In tale contesto la collaborazione con i diversi partner, vale a dire persone che detengono l'autorità parentale, insegnanti e altri/e esperti/e, è indispensabile. Solamente se tutte le persone coinvolte remano nella stessa direzione, gli e le adolescenti possono fare progressi nel mondo del lavoro.

**Nessuna soluzione successiva?**  
Il case management formazione professionale aiuta.



### Programma giovanile Funtauna

Il programma giovanile Funtauna, chiamato anche semestre di motivazione, è una misura del mercato del lavoro dell'Ufficio per l'industria, arti e mestieri e lavoro (UCIAML). Nel quadro di tale programma gli e le adolescenti lavorano cinque giorni alla settimana al loro futuro professionale: si confrontano con il mondo del lavoro e ottimizzano le loro conoscenze scolastiche. Viene lasciato spazio anche per l'organizzazione della quotidianità e per la preparazione alla formazione professionale di base. L'annuncio avviene tramite gli uffici regionali di collocamento (URC), l'assicurazione per l'invalidità dell'Istituto delle assicurazioni sociali (IAS-AI) oppure tramite il servizio sociale regionale.

### Formazioni transitorie

Se verso la fine della scuola dell'obbligo emerge che gli e le adolescenti necessitano di ancora più tempo per trovare una soluzione successiva, una formazione transitoria può essere una buona soluzione intermedia. Nel Cantone dei Grigioni esistono diverse formazioni transitorie che sostengono gli e le adolescenti nella scelta professionale e nel trovare una soluzione successiva. Esse permettono di approfondire, consolidare e ampliare le competenze che gli e le adolescenti hanno acquisito durante la scuola dell'obbligo. Esistono tre profili, vale a dire la formazione transitoria scolastica, la formazione transitoria combinata e la formazione transitoria di integrazione. La formazione transitoria combinata propone attività pratiche in aziende e trasmette nozioni teoriche e pratiche di cultura generale. La formazione transitoria di integrazione propone nozioni teoriche e pratiche di cultura generale e di preparazione al mondo del lavoro incentrate sulla promozione delle competenze linguistiche e sociali.





## Strom-Zukunft mitgestalten?

Scan den QR-Code und dein Abenteuer  
als Netzelektriker:in oder Elektroinstallateur:in kann beginnen!

Curea Elektro AG ist ein führendes Unternehmen in den Bereichen Energie,  
Telecom und Verkehr der Region Südostschweiz mit Standort in Landquart.



**Curea**  
Infra Services



## DU HAST UNS GERADE NOCH GEFEHLT!

Beginne bei uns deine Ausbildung im Sommer 2024  
als Elektroinstallateur:in oder Montageelektriker:in.



**Wir bilden folgende Berufe aus:**

- Automatiker\*in EFZ
- Elektroniker\*in EFZ
- Informatiker\*in EFZ – Plattformentwicklung
- Kauffrau EFZ / Kaufmann EFZ
- Konstrukteur\*in EFZ
- Logistiker\*in EFZ – Fachrichtung Lager
- Mediamatiker\*in EFZ
- Produktionsmechaniker\*in EFZ

**INTEGRA**  
Accelerate scientific discovery.

[integra-biosciences.com/berufsbildung](https://integra-biosciences.com/berufsbildung)

**VBE** Graubünden  
Grischun  
Grigioni

## AUSBILDUNGEN MIT ZUKUNFT IM ELEKTRIZITÄTSWERK



Weitere Infos unter: <https://vbe-graubuenden.ch/lehrstellen>  
Auskünfte erteilen die jeweiligen Lehrbetriebe.



### Netzelektriker/innen EFZ:

- Curea Elektro AG, Landquart
- EWD Elektrizitätswerk Davos AG, Davos
- Elektrizitätswerk der Gemeinde Vaz/Obervaz, Lenzerheide
- Flims Electric AG, Flims Dorf
- Kraftwerke Hinterrhein AG, Thusis
- Repower AG, Bever
- Repower AG, Maienfeld
- Repower AG, Küblis
- Repower AG, Ilanz

### Elektroinstallateure/innen EFZ:

- Curea Elektro AG, Landquart
- EWD Elektrizitätswerk Davos AG, Davos

### Kauffrau/Kaufmann EFZ:

- EWD Elektrizitätswerk Davos AG, Davos





# COME TROVO LA MIA PROFESSIONE?

I requisiti della professione desiderata possono essere esplorati in differenti modi. Un confronto tra i propri punti forti e le proprie competenze da un lato e le abilità professionali da apprendere dall'altro aiuta a scoprire ed esplorare professioni o formazioni adatte. Stage di orientamento mirati consentono di fare esperienze dirette nel mondo del lavoro e aiutano nella decisione. **di Andreas Zuber, orientatore professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale**

## Individuare le sfide

È importante sapere quali prestazioni scolastiche e varie altre competenze sono necessarie per svolgere la professione desiderata. Per individuare i requisiti concreti occorre tempo, tale processo può avvenire tramite differenti canali di informazione.

## Competenze oggettive e metodologiche

Quali conoscenze specialistiche e quali capacità sono necessarie nella professione desiderata? Confrontando i contenuti della formazione con le prestazioni nelle materie scolastiche della scuola dell'obbligo è possibile fare chiarezza sulle competenze scolastiche richieste. Occorre analizzare quali metodi di lavoro sono richiesti dalla professione dei propri sogni. Una professione richiede soluzioni creative ai problemi, doti artigianali o manuali, particolari abilità tecniche e una buona capacità di relazionarsi alle persone?

## Competenze personali e sociali

Conoscere i propri punti forti e punti deboli è fondamentale per la scelta professionale. Confrontare la propria valutazione di sé con l'opinione degli altri dà sicurezza e fiducia. Possono essere determinanti anche una comunicazione aperta e comprensibile, una buona capacità di immedesimazione e la capaci-

tà di lavorare in team. Un comportamento gentile apre i cuori e le porte.

## Lo stage di orientamento

Oltre al confronto teorico con le professioni, lo stage di orientamento professionale offre la migliore possibilità per raccogliere esperienze pratiche. Collaborando nell'impresa gli e le adolescenti si fanno un'impressione diretta dei compiti e delle attività corrispondenti e possono verificare la loro idoneità. Al contempo imparano a conoscere gli specialisti e l'ambiente di lavoro e capiscono se lavorerebbero volentieri in quel posto.

## Preparazione allo stage di orientamento

Il modo più semplice per trovare aziende formatrici è cercare online. Ma anche i contatti tramite la rete di genitori o conoscenti possono aiutare ad aprire tante porte. Vale la pena informarsi in merito alle aziende presso le quali si intende svolgere gli stage di orientamento. In questo modo gli e le adolescenti conoscono già il loro lavoro e l'ambiente in cui dovranno operare. Possono così preparare domande mirate e mostrare il proprio interesse e la propria disponibilità. Ciò può aumentare le possibilità di ottenere in futuro un posto di apprendistato. Le aziende formatrici desiderano apprendisti/e motivati/e, aperti/e e

che si impegnano. Anche la disponibilità a lavorare in team e buone doti comunicative sono caratteristiche gradite.

## Valutare gli stage di orientamento

Vale la pena riassumere e annotare le conclusioni tratte dai diversi stage di orientamento: cosa si è vissuto, come ci si è sentiti. Quale sostegno, il diario dello stage può essere richiesto all'orientamento professionale, negli studi e nella carriera ed è a disposizione online.



[orientamento.ch](http://orientamento.ch)



[anforderungsprofile.ch](http://anforderungsprofile.ch)



Cercare uno stage di orientamento



Diario dello stage

## DOVE TROVO INFORMAZIONI SULLE PROFESSIONI?

### ONLINE O CELLULARE

- [orientamento.ch](http://orientamento.ch)
- [anforderungsprofile.ch](http://anforderungsprofile.ch)
- BIZ-App

### IN FORMATO CARTACEO

- Materiale informativo nel COP (opuscoli sulle professioni, magazine sulla scelta professionale, fascicoli, ecc.)
- Annunci di lavoro

### CONTATTO PERSONALE

- Consulenza presso l'orientatore/trice professionale
- Colloqui con professionisti/e
- Stage di orientamento



# Weitblick für Reha und meine Karriere.



Mehr Infos unter  
[kliniken-valens.ch/jobs-karriere](https://kliniken-valens.ch/jobs-karriere)

Gemeinsam  
mit den  
Zürcher RehaZentren.

 KLINIKEN VALENS

## Ich schaue gerne auf andere herab.

Marco macht sein  
Hobby Klettern als  
Netzelektriker zum Beruf.

 Deine Lehre  
bei Repower  
[repower.com/lehre](https://repower.com/lehre)

**REPOWER**  
MACHT SINN

  
GRAND RESORT  
BAD RAGAZ  
\*\*\*\*\*

## TALENTSCHMIEDE

LERNEN, WACHSEN UND WEITERENTWICKELN



Bei uns startest Du Deine Karriere in einem abwechslungsreichen Unternehmen und sammelst wertvolle Berufserfahrung.

Die offenen Lehrstellen ab August 2025 sind:

- Koch / Köchin EFZ
- Kauffrau / Kaufmann EFZ
- Restaurantfachfrau/-mann EFZ
- Fachfrau/-mann Hotellerie-Hauswirtschaft EFZ
- Hotel-Kommunikationsfachfrau/-mann EFZ
- Informatiker/-in EFZ Fachrichtung Plattformentwicklung

Bewirb Dich jetzt auf [jobs.resortragaz.ch](https://jobs.resortragaz.ch). Bei Fragen wende Dich gerne an Michelle Melchior +41 81 303 27 20.

 Plantahof

## Vielseitiges Weiterbildungsangebot

Der Plantahof bietet umfangreiche Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten im Bereich Landwirtschaft und angrenzenden Berufen an.

Unsere Schultypen:

- Landwirtschaftliche Berufsfachschule
- Zweitausbildung in der Landwirtschaft
- Nachholbildung für Landwirte
- Bäuerin mit eidg. Fachausweis
- Betriebsleiterschule
- Sennenkurse
- Imkerkurse

Wir beraten Sie gerne persönlich und senden Ihnen unsere detaillierten Unterlagen.

Informations-  
abend:  
20. November 2024  
19.30 Uhr

Plantahof, 7302 Landquart, 081 257 60 00, [www.plantahof.ch](https://www.plantahof.ch)





# COSA PUÒ ESSERE UTILE IN SEDE DI CANDIDATURA PER UN POSTO DI APPRENDISTATO?

In sede di candidatura è importante rimanere sé stessi, mostrare motivazione e raccontare qualcosa di sé e delle proprie esperienze. I posti di apprendistato vacanti sono pubblicati sul portale nazionale «orientamento.ch».

di Nina Claudia Albin, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

## LA CANDIDATURA

- La lettera di candidatura non deve contenere errori.
- Si deve assolutamente fare riferimento all'azienda formatrice (evitare le lettere generiche).
- Telefonare personalmente.
- Essere reperibili e in caso di chiamata persa (consiglio: salvare il numero della persona responsabile) richiamare in tempi rapidi.

### Prendere una decisione

Il sistema formativo offre diverse possibilità. L'obiettivo consiste nel prendere una prima decisione e nello scegliere un percorso formativo adatto alla propria persona.

### Cosa può aiutare a prendere una decisione?

In sede di decisione è importante tenere conto dei propri interessi, delle proprie capacità e dei propri obiettivi. Gli e le adolescenti possono stilare un elenco di professioni che interessano loro e successivamente informarsi in merito alle capacità necessarie per queste professioni.

### Può essere utile anche:

- Svolgere stage di orientamento in professioni e aziende differenti
- Parlare con insegnanti, orientatori/trici professionali o persone appartenenti alla propria rete di contatti (conoscenti, parenti)

### Cercare un posto di apprendistato

Dopo la decisione occorre attuarla e cercare posti di apprendistato vacanti. Su «orientamento.ch», anche tramite la BIZ-App, sono elencati i posti di apprendistato vacanti nel Cantone dei Grigioni e in tutta la Svizzera. Qui è possibile impostare un abbonamento tramite e-mail per la ricerca di posti di apprendistato. Inoltre i posti di apprendistato vacanti vengono pubblicati anche sui siti web di aziende e sui giornali. Anche la propria rete di contatti può aiutare a trovare un posto di apprendistato.



Qui si possono trovare ulteriori informazioni sulla candidatura per un posto di apprendistato

### Scrivere la candidatura

Candidarsi significa promuovere sé stessi. Una candidatura deve essere convincente. Ogni candidatura deve essere adeguata alla professione e all'azienda formatrice ed essere personalizzata. Il dossier di candidatura deve essere completo e contenere quanto segue: lettera di candidatura, curriculum vitae con foto e tutte le pagelle della scuola dell'obbligo. Eventualmente possono essere allegate anche valutazioni di test attitudinali e certificati (ad es. di una lingua straniera) nonché valutazioni di stage di orientamento (ad es. attestato dello stage).

Molte aziende desiderano ancora una candidatura cartacea. Vi sono anche sempre più aziende che richiedono una candidatura elettronica. Se la candidatura viene spedita via e-mail i documenti vanno allegati in un file in formato PDF. In una breve e-mail si rimanda al dossier di candidatura allegato. Sui propri siti web, alcune aziende dispongono di portali online. I file in formato PDF possono essere caricati su questi portali. Di solito occorre registrarsi.

Al fine di aumentare le possibilità di una risposta positiva si raccomanda di candidarsi presso diverse aziende formatrici. Eventualmente è consigliabile candidarsi anche per un'altra formazione professionale di base, ad es. quando i posti di apprendistato a disposizione per la professione dei sogni sono pochi. Su «orientamento.ch» si possono trovare ulteriori informazioni sulla candidatura per un posto di apprendistato, ad esempio:

- Consigli per l'allestimento del dossier di candidatura
- Informazioni relative a test attitudinali
- Modelli di curriculum vitae e lettera di candidatura

## CHAT GPT

Quando ci si candida per un posto di apprendistato, i modelli linguistici artificiali come ChatGPT possono essere utili per ottenere aiuto nella formulazione e relative proposte. La candidatura deve tuttavia contenere informazioni autentiche ed essere adatta all'adolescente. Inoltre è fondamentale raccontare qualcosa di sé e delle proprie esperienze.



Schon lange kein Geheimtipp mehr...

Die CEDES bildet seit 30 Jahren erfolgreich Lernende aus, aktuell in 8 verschiedenen Berufen.

Mehr unter [www.cedes.com](http://www.cedes.com)



**tuffli partner**

Ingenieure und Berater

Tuffli & Partner AG

Lars Hänni

Gäuggelstrasse 20, 7000 Chur

Tel. 081 258 40 14

[lars.haenni@tuffli-partner.ch](mailto:lars.haenni@tuffli-partner.ch)



[www.tuffli-partner.ch](http://www.tuffli-partner.ch)

### Offene Lehrstelle

Per August 2025 wird eine Lehrstelle als Zeichner/in EFZ Fachrichtung Ingenieurbau frei. Willst du den Beruf näher kennenlernen? Wir bieten dir eine Schnupperlehre an.

**PROFIS AM START.**

- Carrosserielackierer/-in EFZ
- Carrosseriespengler/-in EFZ
- Fahrzeugschlosser/-in EFZ
- Lackierassistent/-in EBA

Mehr Infos zu den Carrosserieberufen findest Du unter [www.carrosserieberufe.ch](http://www.carrosserieberufe.ch)

**carrosserie suisse**

<p>Fachperson Hauswirtschaft EFZ</p>	<p>Fachperson Gesundheit EFZ</p>	<p>Fachperson Betriebsunterhalt EFZ</p>
<p>Fachperson Betreuung EFZ</p>	<p><b>Scalottas</b> für mehr Lebensqualität</p>	<p>Köchin/Koch EFZ</p>

Starte deine Zukunft mit einer Ausbildung in der Stiftung Scalottas.  
Lehrstellen 2024 auf [www.scalottas.ch/ausbildung-mit-herz](http://www.scalottas.ch/ausbildung-mit-herz)

Hier häng ich mich mit Herz rein.

Stiftung Scalottas • 7412 Scharans • Tel. 081 632 18 18 • [www.scalottas.ch](http://www.scalottas.ch) • Kompetenzzentrum für Menschen mit Behinderung





# CHI HA UN OBIETTIVO SI FA STRADA NELLA VITA

Le sportive e gli sportivi così come i talenti dell'arte e della cultura hanno spesso lo stesso sogno: vogliono completare con successo la formazione professionale di base e raggiungere il vertice nello sport o nella musica/nell'arte. La disponibilità alla prestazione è importante nella società: sia nell'economia, sia nello sport o nella musica. di Corina Grünenfelder, servizio specializzato per la

formazione professionale e lo sport d'élite, Ufficio della formazione professionale

I giovani talenti devono conciliare formazione professionale di base e sport, musica o arte. Per poter far fronte a queste sfide occorre che le condizioni siano coordinate. Grazie alle circa 700 aziende formatrici flessibili del Cantone dei Grigioni i talenti hanno ad esempio a disposizione riduzioni del tempo di lavoro che possono raggiungere il venti per cento e giorni di assenza supplementari. Tramite un accordo aggiuntivo al contratto di apprendistato è possibile concordare le condizioni quadro speciali per entrambe le parti contraenti ed evitare malintesi durante la formazione.

## DICHIARAZIONI DEI TALENTI:

«È una bella sensazione potersi basare su una formazione professionale.»

«Il fatto di potermi allenare/esercitare, mi dà motivazione anche per l'apprendistato.»

«Ho potuto trarre molti vantaggi in entrambi i settori.»

«È la varietà a piacermi così tanto.»

«Sono felice di poter seguire contemporaneamente entrambi i percorsi.»

## DICHIARAZIONI DELLE AZIENDE FORMATRICI:

«Non è un diploma regalato: seguono esattamente lo stesso programma di tutti gli altri.»

«Ci piace lavorare con persone che si impegnano e che vogliono fare strada.»

«Vogliamo offrire un apprendistato che le lasci tempo a sufficienza per sviluppare il suo talento.»

## DICHIARAZIONI DI ALLENATORI/TRIC E INSEGNANTI DI MUSICA:

«I successi sportivi/artistici raggiunti finora da questi apprendisti sono promettenti.»

«Vogliono completare con successo una formazione professionale e continuare a puntare tutto sullo sport/sulla musica.»

«Risultati di spicco si ottengono se tutti i partner rimangono nella stessa direzione.»

## DICHIARAZIONI DELLE SCUOLE PROFESSIONALI:

«Le assenze pianificabili vengono approvate se le prestazioni e il comportamento sono soddisfacenti.»

«Presso le scuole professionali esistono piattaforme e partner di apprendimento che possono fornire sostegno.»



**Simon Gabriel**

Impiegato di ristorazione AFC  
AG Hotel Waldhaus, Sils/Segl Maria



**Pablo Baselgia**

Impiegato del commercio al dettaglio AFC  
CUBE STORE CHUR GmbH, Chur



**Andri Heimozi**

Disegnatore AFC  
Caprez Ingenieure AG, Silvaplana



**Céline Schnüriger**

Operatrice sociosanitaria AFC  
Servizi psichiatrici dei Grigioni, Coira







In der Alterssiedlung Bodmer leben rund 200 Menschen in 84 Zimmern im Alters- und Pflegeheim und in 98 Alterswohnungen.

## Das Bodmer-Bildungsmodell macht's möglich

Voneinander lernen - miteinander Grosses erreichen

Unsere Ausbildungsabteilung wird von Lernenden und Studierenden im Bereich Pflege und Betreuung mit Unterstützung der Berufsbildner\*innen geführt. Sie gestalten zusammen als Team den Alltag und den Pflegeprozess.

Wir bilden aus:

- Assistentin/Assistent Gesundheit und Soziales EBA (AGS)
- Fachfrau/Fachmann Gesundheit EFZ (FaGe)
- Studierende HF Pflege

Online bewerben: [www.bodmer-chur.ch](http://www.bodmer-chur.ch)

Alterssiedlung Bodmer, Bodmerstrasse 32, 7000 Chur | 081 255 31 31



## Sinnstiftende Lehre – dann bist du bei uns richtig!

Bist du noch auf der Suche nach einer Lehrstelle in einem vielseitigen, sozialen Betrieb?

Die Stiftung Gott hilft bietet ab August 2025 Lehrstellen und Weiterbildungsplätze in verschiedenen Bereichen an:

In der Stiftungsverwaltung:

- **Kauffrau oder Kaufmann EFZ**

Im APZ Serata:

- **Koch oder Köchin EFZ**

- **Assistent oder Assistentin Gesundheit & Soziales**

Interessiert? Mehr infos findest du unter <https://www.stiftung-gotthilft.ch/deinelehre/>



**Stiftung Gott hilft**  
sozial.engagiert.

CENTER DA SANDÀ ENGIADINA BASSA  
GESUNDHEITZENTRUM UNTERENGADIN

## Warum arbeitest du nicht bei uns?

Zu besetzen sind per **1. August 2025** im Center da sandà Engiadina Bassa folgende **Lehrstellen**

- **Fachfrau/-mann Gesundheit EFZ (FaGe)**
- **Assistent/-in Gesundheit und Soziales EBA (AGS)**
- **Köchin/Koch EFZ**

Unter dem Dach des Gesundheitszentrums Unterengadin bündeln wichtige regionale, innovative Leistungserbringer ihre Kräfte, um das Unterengadin optimal und integrativ zu versorgen. Wir bieten attraktive Arbeitsbedingungen und vielfältige Weiterbildungs- und Entwicklungsmöglichkeiten.



Details unter  
[www.cseb.ch/jobs](http://www.cseb.ch/jobs)

Gesundheitszentrum Unterengadin | Via da l'Ospidal 280 | CH-7550 Scuol

## SUCHST DU EINE LEHRSTELLE?

# Wir bilden aus!



## BEWIRB DICH JETZT!

LERNEN, WO ANDERE FERIEEN MACHEN.

**LOGISTIKER:IN EFZ (M/W/D)**

**BRAU- UND GETRÄNKETECHNOLOGE/-IN EFZ GETRÄNKE (M/W/D)**

*Jetzt scannen!*

ARBEITSORT VALS

**VALSER**

**Coca-Cola HBC**  
Schweiz • Suisse • Svizzera







# IL COLLOQUIO DI PRESENTAZIONE

Con l'invito a un colloquio di presentazione si supera il primo ostacolo. Prima del colloquio è utile stilare un elenco di domande e possibili risposte. Il colloquio di presentazione offre l'occasione per mostrare il proprio lato migliore, al contempo però anche per chiarire importanti domande relative alla formazione. I formatori desiderano farsi un'impressione personale dei candidati.

di **Anita Giezendanner-Schätti**, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale



È del tutto normale essere nervosi a un colloquio di lavoro. Tuttavia, un atteggiamento positivo può essere di grande aiuto.

È assolutamente normale essere nervosi il giorno del colloquio di presentazione. Nonostante la tensione, gli e le adolescenti dovrebbero cercare di rimanere sé stessi. Quando non sanno qualcosa possono tranquillamente ammetterlo. È importante essere sinceri. Quale preparazione possono annotarsi delle domande, ciò mostra il loro interesse. Una stretta di mano vigorosa e un sorriso naturale al momento dei saluti hanno un effetto positivo. Mantenere il contatto visivo con l'interlocutore è segno che si sta prestando attenzione. Parlare della propria motivazione e dei propri interessi offre all'interlocutore l'occasione di farsi un'idea della persona. Per conservare memoria di quanto discusso, è utile prendere appunti durante il colloquio di presentazione. Al termine si deve ringraziare e vi è la possibilità, da cogliere assolutamente, di porre domande, ad esempio sull'ulteriore proseguimento del processo di candidatura.



Il documento «Fragenraster zum Vorstellungsgespräch», non disponibile in italiano, permette di pensare a cosa si vorrebbe raccontare di sé durante il colloquio.



Come possono svolgersi i colloqui di presentazione? Su «orientamento.ch» sono disponibili dei video al riguardo.

## Preparazione

Una volta ricevuto l'invito a un colloquio di presentazione ci si deve preparare. Alcuni suggerimenti:

- Un approccio positivo al colloquio può avere grandi effetti.
- Grazie a una buona preparazione posso evitare stress o errori.
- Dapprima rifletto sull'impressione che voglio dare, come mi vesto e come mi presento.
- Mi esercito per il colloquio con dei conoscenti o con i miei genitori.
- Prendo appunti riguardo alle questioni più importanti.
- Conosco il nome della persona che conduce il colloquio.
- Tramite il sito web della ditta mi sono informato/a in merito all'azienda formatrice.
- So dire perché ho interesse per questa professione e per questa ditta, cosa mi piace di loro e in che modo soddisfa i requisiti.
- Portando con me la mia documentazione di candidatura e i miei appunti do una buona impressione.
- Mi sono annotato/a eventuali domande sulla formazione e sull'azienda e le porto con me al colloquio.
- Ho pensato a possibili domande che potrebbero pormi i formatori e ho preparato le risposte.



Qui si possono trovare ulteriori consigli sul colloquio di presentazione



# Steig ein und starte durch!

Finde deine Lehrstelle  
bei der RhB.



Jetzt Berufe entdecken  
auf [www.login.org](http://www.login.org)

 **Rhätische Bahn**  
Ferrovie retica - Vieller retica

**log**  
**in**



# PREPARAZIONE ALLA FORMAZIONE PROFESSIONALE DI BASE OPPURE ALLA SCUOLA DI CULTURA GENERALE

PREPARARE



Il contratto di apprendistato è firmato, l'esame di scuola media superiore è superato. Vale la pena sfruttare il tempo e rimanere sul pezzo durante gli ultimi mesi della scuola dell'obbligo. Una buona preparazione agevola il passaggio al mondo del lavoro o a una scuola superiore.

di Annette Decurtins, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

## Passaggio dalla scuola alla formazione professionale di base

Il passaggio dalla scuola alla formazione professionale di base è una sfida. Mentre nella scuola dell'obbligo l'insegnamento si svolge in un solo luogo, durante la formazione professionale esso si svolge in tre luoghi di apprendimento diversi: nell'azienda formatrice, nella scuola professionale e nei corsi interaziendali. In vista di questo passaggio, la scuola dell'obbligo prevede l'individualizzazione al fine di preparare gli allievi ai requisiti. Essa si compone delle priorità individuali (lingue obbligatorie e matematica) e di un lavoro di approfondimento quale progetto. La materia mira inoltre anche all'acquisizione dell'apprendimento autoresponsabile. I colloqui con persone che detengono l'autorità parentale, insegnanti o orientatori/trici professionali aiutano a stimare le proprie capacità e ad agevolare la scelta delle materie. Anche le conoscenze relative a contenuti didattici specifici delle differenti formazioni professionali di base possono facilitare la decisione per la definizione delle opzioni specifiche. Aiuti supplementari in merito sono offerti dalle scuole professionali e dall'orientamento professionale.

La maturità professionale durante la formazione professionale di base (MP 1) consente di accedere in un secondo momento a una scuola universitaria professionale. I presupposti sono rappresentati da buoni risultati scolastici, dal consenso dell'azienda formatrice, dal superamento di un esame d'ammissione e da un elevato impegno per far fronte alla scuola e all'apprendistato (vedi pagina 15).

## Passaggio a una scuola di cultura generale

Gli allievi e le allieve che già durante la scuola dell'obbligo sanno che per realizzare il loro desiderio professionale devono seguire studi universitari possono passare a una scuola media superiore. Oltre a buone prestazioni scolastiche occorrono disponibilità alla prestazione, interesse per diversi temi, autonomia e il superamento di un esame di scuola media superiore. Un colloquio con l'orientatore/trice professionale e materiale informativo relativo alle differenti scuole medie superiori possono aiutare nel processo decisionale (vedi pagina 17). In aggiunta alla preparazione a scuola, possono fungere da motivazione anche i corsi di preparazione presso le scuole di destinazione nonché lo studio insieme ad allievi/e che hanno gli stessi obiettivi. È consigliabile esercitarsi con esami di ammissione scuole medie superiori di anni precedenti. Questi esami e ulteriori informazioni sono disponibili su [mittelschulpruefungen.gr.ch](http://mittelschulpruefungen.gr.ch).

**Pianificazione della professione: e adesso?**  
L'orientamento professionale aiuta.



Qui potete trovare consigli sulla preparazione agli esami.



Le formazioni transitorie rappresentano una possibilità per prepararsi al mondo del lavoro per coloro che non hanno una soluzione successiva diretta dopo la scuola. Una panoramica è fornita dal promemoria COP «Formazioni transitorie» (per maggiori informazioni vedi anche a pagina 21).



# DEINE ZUKUNFT BEGINNT MIT UNS

Unsere offenen Lehrstellen  
ab Sommer 2025 in Intervaz

Anlage- und Apparatebauer:in

Anlageführer:in

Polymechaniker:in

Fachfrau:männ Betriebsunterhalt

Logistiker:in

Köchin:Koch

Automatiker:in

Laborant:in Chemie

Elektroinstallateur:in



Lass uns gemeinsam die Zukunft gestalten und bewirb  
dich noch heute unter: [holcim.ch/de/berufslehre](https://holcim.ch/de/berufslehre)



# AUTO- BERUFE HABEN ZUKUNFT



 **AGVS | UPSA**  
Auto Gewerbe Verband Schweiz

viva.ch

Willkommen in der faszinierenden Welt des Automobils! Das Autogewerbe ist auf der Suche nach Talenten, die Spass an modernster Technik haben. In einer Garage findest du täglich Abwechslung, herausfordernde Tätigkeiten und Menschen mit derselben Leidenschaft für Autos. Die berufliche Grundbildung in einem der sechs Autoberufe ist das Sprungbrett für deine Karriere in einer vielseitigen und spannenden Branche. Autoberufe haben Zukunft. [www.autoberufe.ch](https://www.autoberufe.ch)



# L'ORIENTAMENTO PROFESSIONALE, NEGLI STUDI E NELLA CARRIERA SOSTIENE NELLA RICERCA DI UNA PROFESSIONE

L'orientamento professionale, negli studi e nella carriera (OPSC) sostiene persone di ogni età nella scelta della professione, della scuola o degli studi nonché nell'impostazione della carriera. Chi si confronta con domande come «Cosa voglio diventare?» oppure «Come posso evolvere professionalmente?» può perdere facilmente la visione d'insieme, con tutte le possibilità che esistono. Un colloquio di consulenza con uno/a specialista dell'OPSC contribuisce a fare chiarezza.

di Anina Caviezel, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

La questione di un'attività professionale interessante e adatta alla personalità e alla situazione di vita si pone non soltanto nella fase di transizione tra la scuola dell'obbligo e la vita lavorativa. Le persone desiderano evolvere sul piano personale e su quello professionale. Anche il mondo del lavoro si trova in costante mutamento e ha bisogno di persone capaci di adattarsi e di apprendere. La scelta professionale e l'impostazione della carriera sono diventate un processo continuo. L'OPSC sostiene adolescenti e adulti con le loro domande, i loro valori e i loro obiettivi individuali. Si distingue tra le offerte e i gruppi di riferimento seguenti:



## ORIENTAMENTO NEGLI STUDI PER ALLIEVI DI SCUOLA MEDIA SUPERIORE

Verso la fine della scuola media superiore i giovani adulti e le giovani adulte devono scegliere una soluzione successiva. Ciò può rappresentare una sfida, poiché il panorama universitario svizzero propone innumerevoli cicli di studio. In cosa si differenziano le varie università e i vari cicli di studio? Quali possibilità professionali esistono dopo gli studi? Esistono alternative agli studi universitari? L'OPSC sostiene i giovani adulti e le giovani adulte con eventi informativi e colloqui di orientamento personali.



## ORIENTAMENTO NELLA CARRIERA PER ADULTI

Durante il periodo in cui esercitano un'attività lucrativa le persone trascorrono una parte considerevole del loro tempo nell'ambiente di lavoro. Poter svolgere un'attività che corrisponde alle capacità, agli interessi e ai valori personali è un buon presupposto per una vita professionale appagante. Spesso nel corso della vita professionale cambiano le priorità e si fa sentire l'esigenza di un cambiamento. Ma cosa occorre cambiare affinché i diversi ambiti della vita ritornino in equilibrio? In che modo un riorientamento o un rientro nella vita professionale ha successo? Nel quadro di un orientamento nella carriera individuale è possibile indagare a fondo queste e altre domande. Gli orientatori e le orientatrici dell'OPSC forniscono sostegno nell'elaborazione di una soluzione.



## ORIENTAMENTO PROFESSIO- NALE PER ADOLESCENTI

Durante la scuola dell'obbligo gli e le adolescenti si confrontano per la prima volta con la scelta professionale. Occorre trovare una soluzione successiva. Formazione professionale di base o scuola media superiore? Quali possibilità di perfezionamento professionale esistono dopo la formazione professionale di base? Quale potrebbe essere un piano B? L'OPSC accompagna e sostiene gli e le adolescenti e le relative persone che detengono l'autorità parentale nel processo di scelta professionale. In occasione di visite alle classi e serate genitori vengono trasmesse informazioni basilari relative alla scelta professionale e alle possibilità professionali. Nel quadro di un colloquio di consulenza personale gli e le adolescenti e le persone che detengono l'autorità parentale vengono accompagnati/e individualmente.



### Centro d'informazione professionale COP

Un COP mette a disposizione vari media con informazioni specialistiche relative a professioni, studi e possibilità di perfezionamento professionale. Come in una biblioteca, i media possono essere utilizzati in loco per acquisire informazioni oppure essere presi in prestito. Nel Cantone dei Grigioni l'orientamento professionale, negli studi e nella carriera e il COP sono presenti in otto luoghi differenti: Coira, Ilanz, Thusis, Davos, Scuol, Samedan, Poschiavo e Roveredo. Le consulenze vengono offerte in tutte le lingue cantonali.



**WIR SUCHEN...DICH!**

Lehrbeginn  
**2025**  
August

# LERNENDER ELEKTRONIKER

(m/w/d)



**viega**

Viega Schweiz AG  
La-Nicca-Strasse 12  
7000 Chur  
+41 81 553 53 00  
job@viega.ch  
www.viega.ch

## WILLST DU HOCH HINAUS?

## BEWIRB DICH BEI UNS!

### Unsere Lehrstellen 2025

- Zimmermann, Zimmerin EFZ
- Schreiner, Schreinerin EFZ
- Hafner, Hafnerin EFZ



[www.maissen-sa.ch/offene-stellen/](http://www.maissen-sa.ch/offene-stellen/)

**MAISSEN**





# FORMAZIONE PROFESSIONALE

## CORSA D'ORIENTAMENTO NELLA GIUNGLA DELLE PROFESSIONI

Interactive media designer, ottico o costruttrice di binari? Con circa 250 possibilità per una formazione professionale di base, trovare qualcosa che fa al caso proprio talvolta è come cercare un ago in un pagliaio. Durante la scuola dell'obbligo gli e le adolescenti possono esplorare le possibilità di scelta professionale senza pregiudizi e con diverse alternative. Ciò rende la ricerca meno complicata. di Chantal Marti-Müller, capa dell'Ufficio per la scuola popolare e lo sport

La scuola dell'obbligo mira a sostenere al meglio gli e le adolescenti nella loro decisione a favore di una formazione professionale di base o di una scuola di cultura generale. Nel grado secondario I tutti gli allievi e tutte le allieve frequentano perciò la materia «orientamento professionale». L'obiettivo consiste nel fare in modo che tutti gli e tutte le adolescenti siano in grado di prendere una decisione consapevole riguardo al loro percorso formativo. L'insegnamento nell'orientamento professionale tiene conto della situazione individuale degli allievi e delle allieve.

### Esplorare, pianificare, decidere

Al centro dell'orientamento professionale si trova l'omonima materia, che gli allievi e le allieve frequentano nella seconda classe del grado secondario I. Essa è suddivisa in quattro ambiti di competenza.

Durante le lezioni relative al «profilo della personalità» gli allievi e le allieve sviluppano ulteriormente la propria identità e la propria personalità. Si confrontano in modo critico con l'autovalutazione e l'eterovalutazione e con il proprio futuro personale e professionale.

In «percorsi formativi, mondo professionale e mondo del lavoro» agli e alle adolescenti viene fornita una panoramica sul

sistema formativo svizzero. Essi/e imparano a procurarsi in modo autonomo informazioni relative a professioni e percorsi formativi e si confrontano con la propria biografia.

«Decisione e gestione delle difficoltà» si basa sulle competenze cognitive ed emotive degli e delle adolescenti sviluppate finora. Durante le lezioni imparano a stabilire delle priorità, a prendere delle decisioni e a rimanere aperti/e nei confronti di alternative. Al centro della «pianificazione, attuazione e documentazione» vi sono le esperienze degli allievi e delle allieve con sé stessi/e e con le offerte del mondo della formazione, della professione e del lavoro. Durante le lezioni gli e le adolescenti documentano il processo di scelta professionale e redigono la documentazione di candidatura.

### Avvicinarsi gradualmente

La scelta di una soluzione successiva è complessa. L'orientamento professionale nella scuola dell'obbligo è perciò volutamente impostato quale percorso pluriennale e graduale. Ad esempio, già nella prima classe del grado secondario I gli allievi e le allieve si occupano dei propri interessi, punti forti e punti deboli e imparano a dare una propria

valutazione di sé. Oppure si informano in modo più preciso riguardo alle professioni esercitate nella cerchia familiare e dei conoscenti.

Nella terza classe del grado secondario I viene messo a disposizione tempo per l'«individualizzazione». Ciò consiste in una priorità individuale nelle lingue obbligatorie o in matematica e in un lavoro di approfondimento. In entrambe le parti gli allievi e le allieve ricevono l'opportunità di ampliare i loro punti forti, di elaborare in modo mirato lacune nel sapere e di imparare a conoscere forme di collaborazione del mondo del lavoro.

### Guardare lontano

Imparare a conoscere sé stessi/e e i percorsi formativi, fare stage, decidere, annunciarsi o candidarsi: la grande maggioranza degli e delle adolescenti trova una soluzione successiva al termine della scolarità obbligatoria.

La nostra società si fa tuttavia sempre più complessa, nascono nuove professioni, altre scompaiono. Perciò per molti/e adolescenti la prima scelta professionale non sarà probabilmente l'ultima. A maggior ragione è importante continuare a promuovere proprio nella scuola dell'obbligo le competenze di cui gli allievi e le allieve

avranno bisogno durante la futura vita professionale.







In der Alterssiedlung Bodmer leben rund 200 Menschen in 84 Zimmern im Alters- und Pflegeheim und in 98 Alterswohnungen.

**Werde Teil unseres Teams und wachse mit uns!**

Wir bilden aus:

- Fachfrau/Fachmann Betriebsunterhalt EFZ | Fachrichtung Hausdienst
- Fachfrau/Fachmann Hotellerie/Hauswirtschaft EFZ | Fachrichtung Hauswirtschaft

Online bewerben: [www.bodmer-chur.ch](http://www.bodmer-chur.ch)



Alterssiedlung Bodmer, Bodmerstrasse 32, 7000 Chur | 081 255 31 31

**Lern bi  
üs a coola  
Bruaf!**

\* Lehrstelle 2025  
Kältesystem-Monteur/in EFZ



[brasserkaelte.ch](http://brasserkaelte.ch)

**brasser \***  
Kälte. Wärme. Mehr.



**WIR BILDEN DIE  
GLÜCKSBINGER  
VON MORGEN AUS!**

Ein Beruf mit Tradition  
und Innovation.



**Wir bilden aus!**

- Baumaschinenmechaniker/in EFZ
- Kaufmann/-frau EFZ
- Maurer/in EFZ
- Strassenbauer/in EFZ



Mehr Infos unter:



**engadiner  
lehrwerkstatt**



SCHREINEREI MIT AUSBILDUNG

Melde Dich für eine  
Schnupperwoche an  
[www.lehrwerkstatt.ch](http://www.lehrwerkstatt.ch)

