

SCELTA PROFESSIONALE



SPECIALE | 21.8.2026

Prepararsi
al percorso dopo il
grado secondario I,
pagina 35

GASTRO STORY

STORIES
ANSEHEN!



ENTDECKE DIE LEBHAFTE WELT DER HOTELLERIE & GASTRONOMIE!

Folge der Gastro Story auf Social Media und lerne spannende Menschen und ihren Beruf im Gastgewerbe kennen. Auf gastrostory.ch findest du ausserdem alle Informationen zu den Lehrberufen sowie offene Lehrstellen in deiner Region.



PRÄSENTIERT VON:

GASTROGRAUBÜNDEN

berufe
hotelgastro



Curdin Tuor

capo dell'Ufficio della formazione professionale

STIMATI LETTORI, STIMATE LETTRICI

La scelta professionale è un passo importante nella vita dei e delle giovani. Essa segna il passaggio dalla scuola dell'obbligo a una fase in cui vengono poste le basi per il futuro professionale. Oggi i e le giovani sono confrontati /e con una grande varietà di percorsi formativi. Questa varietà offre opportunità, ma richiede anche orientamento e un confronto con i propri interessi e i propri punti di forza. Allo stesso tempo, i percorsi professionali sono sempre meno lineari. Cambiamenti e sviluppi ne fanno parte e possono rappresentare un arricchimento.

Il sistema formativo svizzero tiene conto di questa realtà grazie alla sua permeabilità, consente percorsi formativi flessibili, mantiene aperte le possibilità di proseguire gli studi e permette di intraprendere nuovi percorsi. Il giornale per la scelta professionale sostiene i e le giovani e il loro ambiente con informazioni e strumenti di orientamento. Due interviste offrono un quadro del ruolo dei genitori nel processo di scelta professionale dei propri figli e delle proprie figlie e illustrano, a titolo esemplificativo, la varietà dei percorsi professionali. Ma l'accompagnamento non finisce con i genitori: anche insegnanti, specialisti, specialiste e altre persone di riferimento forniscono un contributo importante. A tutti loro va il mio sentito ringraziamento.

CARO ALLIEVO, CARA ALLIEVA

La scelta professionale è un passo importante e un processo che richiede tempo. Forse hai già le idee chiare riguardo alla professione che desideri imparare. Forse hai ancora qualche incertezza. Entrambe le cose vanno benissimo. L'importante è che tu ti metta in cammino e trovi ciò che fa per te.

Prenditi del tempo per conoscerti meglio: cosa ti interessa? Quali sono i tuoi punti di forza? Informati sulle diverse possibilità, fai esperienze e parlane con la tua famiglia, con i tuoi amici, con le tue amiche o con i tuoi e le tue insegnanti. Così, un passo alla volta, ti fai un'idea più chiara.

È normale anche che le tue idee cambino nel tempo. L'importante è andare avanti e sviluppare passo dopo passo il tuo percorso personale.

Gli specialisti e le specialiste dell'orientamento professionale, negli studi e nella carriera dell'Ufficio della formazione professionale sono a tua disposizione se hai bisogno di sostegno e ti aiutano nella pianificazione del tuo futuro professionale.

Ti auguro una lettura piacevole, scoperte interessanti e ogni bene per la tua scelta professionale.

IL SISTEMA FORMATIVO SVIZZERO MI AFFASCINA SOPRATTUTTO PER LA VARIETÀ DEI PERCORSI CHE OFFRE. VI SONO MOLTE OPPORTUNITÀ PER SVILUPParsi IN BASE AI PROPRI INTERESSI E ALLE PROPRIE CAPACITÀ. IN QUESTO MODO OGNUNO PUÒ SCEGLIERE IL PERCORSO ADATTO E IMPEGNARSI IN MODO MIRATO PER RAGGIUNGERE LA PROFESSIONE DESIDERATA.

Consigliere di Stato Dr. Jon Domenic Parolini

FÜRS LEBEN.



Weitere Infos unter
ems-schiers.ch/info

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

BESUCHE UNSERE INFOANLÄSSE

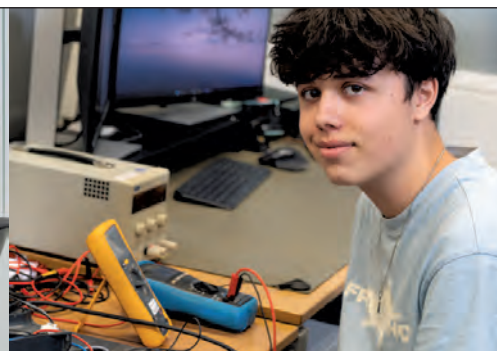
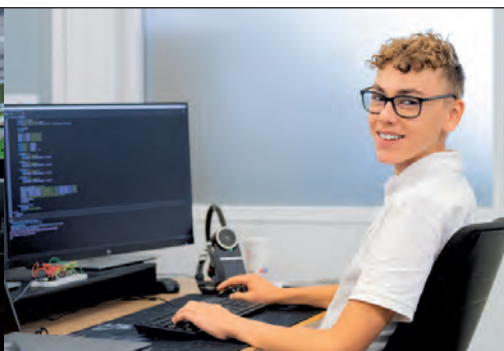
Di, 8.09., 19.15 Uhr, EMS Schiers
Infos zur Aufnahmeprüfung und
zur 1. Klasse des Gymis

Di, 15.09., 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
zusammen mit der SAMD

Do, 17.09., 18.30 Uhr, EMS Schiers
Infos zum Musikgymnasium

Do, 17.09., 19.15 Uhr, EMS Schiers
Infos zur Einheitsprüfung, zur 3. Klasse
des Gymis und zur 1. Klasse der FMS

Vorbereitungskurse ab 28. Oktober 2026



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



Konstrukteur:in EFZ
(m/w/d)



Mechanikpraktiker:in
EBA (m/w/d)



Informatiker:in EFZ
(m/w/d)



Elektroniker:in EFZ
(m/w/d)



Logistiker:in EFZ
(m/w/d)

**Starte mit uns in
die Zukunft**



Informiere dich über aktuelle
Lehrstellen



I PASSI CHE PORTANO ALLA SCELTA PROFESSIONALE

La scelta professionale appare spesso come un intreccio di libertà, caos e curiosità. Con i sette passi della scelta professionale e un piccolo sostegno, i e le giovani trovano la propria strada dopo il grado secondario I.

di Ursina Kipfmüller, viceresponsabile sezione, responsabile della squadra OPSC regioni, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

Non appena, nella 2^a classe del grado secondario I, prende avvio il processo di scelta professionale, per molti giovani la situazione diventa davvero interessante. Si tratta di decisioni che pongono le prime basi per il futuro professionale: «Voglio svolgere una formazione professionale di base (apprendistato)? Una scuola di cultura generale (scuola media superiore) fa per me? Oppure ho ancora bisogno di una soluzione transitoria per capire meglio che cosa voglio?» Queste domande possono essere fonte di motivazione ma anche di insicurezza. I sette passi della scelta professionale aiutano a dare struttura a questo percorso.

Lio, 15 anni, ne è un buon esempio. Racconta che all'inizio non aveva un piano preciso su cosa fare dopo la scuola dell'obbligo. «Al centro d'orientamento professionale (COP) mi si è accesa la lampadina per la prima volta», dice. «Non sapevo nemmeno quante professioni esistessero, né che fosse del tutto normale non riuscire ad avere una visione d'insieme.» Per molti la visita al COP rappresenta un momento importante. Ma anche nella materia «orientamento professionale», nella 2^a classe del grado superiore, i e le giovani imparano quanto sia decisivo conoscere i propri punti di forza, i propri interessi e anche le proprie insicurezze. Al contempo, in occasione delle serate per i genitori, questi ultimi ricevono dall'orientamento professionale, negli studi e nella carriera consigli su come accompagnare i propri figli e le proprie figlie in modo adeguato.

Lio era ancora insicuro e si è quindi iscritto a una consulenza di orientamento professionale. «Questo mi ha aiutato molto», dice. «Dopo due colloqui sapevo per quali professioni desideravo svolgere uno stage di orientamento.» L'orientatrice professionale ha chiarito quali fossero gli interessi e i punti di forza di Lio, ma anche che cosa Lio sicuramente non desiderava fare. In questo modo sono già emerse alcune professioni possibili. Poiché le diverse formazioni scolastiche e professionali di base prevedono requisiti diversi, è necessario analizzare insieme anche questi aspetti. In seguito Lio ha partecipato a eventi informativi e ha svolto stage di orientamento per le professioni scelte.

Alla fine, la storia di Lio mostra ciò che vale per molti: la scelta professionale non è uno sprint, bensì un percorso personale che ciascuno affronta al proprio ritmo. Restare curiosi, fare esperienze, cercare sostegno: è così che si scopre ciò che fa davvero per sé.

In 7 passi verso la tua professione



1. io
Cosa so fare? Cosa mi interessa? Cosa voglio?



2. orientarsi
Quali professioni e percorsi formativi esistono?



3. confrontare
Corrisponde ai miei punti di forza e ai miei interessi?



4. scoprire
Provare, raccogliere informazioni, fare domande.



5. decidere
Qual è il percorso giusto?



6. mettere in pratica
Cercare un posto di apprendistato o iscriversi all'esame.



7. preparare
Partire con una buona preparazione e chiarire tutti gli aspetti organizzativi.

IMPRESSUM

Edizione Somedia Press AG, Sommeraustrasse 32, casella postale 491, 7007 Coira, editore: Hanspeter Lebrument, CEO: Thomas Kundert
Redazione Franziska Angehrn, Christian Ehrbar, Corina Denuder, Corina Grünenfelder, Ursina Kipfmüller, Sandie Sumner Pahl, Valerian Schaniel, Noëmi Thommen, Petra Wyss **Layout** Edita Truninger, Saskia Locher **Immagini** zVg, 123rf **Inserzioni pubblicitarie** Somedia Promotion AG, Coira
Stampa Somedia Partner AG, Haag **Questa edizione è pubblicata nelle seguenti testate** Südostschweiz, edizione regionale Grigioni, Bündner Tagblatt **Tiratura** 23 520 copie

Voll PDGR!

Psychiatrische
Dienste Graubünden



Bewirb dich.

Eine Lehre bei den PDGR

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

Besuche uns im
November in der
AREON Eventhalle
in Chur!

expo
FIUTSCHER



Folge unseren Geschichten auf der PDGR-Webseite.

DAS BESTE GEFÜHL?

AM ABEND ZU SEHEN,
WAS **DU** GESCHAFFEN HAST.

ECHTES HANDWERK

Wir schaffen Qualität,
die bleibt.

STARKES TEAM

Zusammen arbeiten.
Zusammen wachsen.

REGIONAL & NACHHALTIG

Mit Massivholz.
Mit Verantwortung.



UNSERE LEHRSTELLEN 2027

ZIMMERMANN/-IN EFZ

SCHREINER/-IN EFZ

OFENBAUER/-IN EFZ



MAISSEN



www.maissen-sa.ch/offene-stellen

SCADENZARIO PER LA SCELTA PROFESSIONALE

Nel processo di scelta professionale, ogni giovane ha il proprio ritmo.
Lo scadenziario offre un orientamento utile.

di Ursina Kipfmüller, viceresponsabile sezione, responsabile della squadra OPSC regioni, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera,
Ufficio della formazione professionale

Verso la fine della 1^a e all'inizio della 2^a classe del grado secondario I, i e le giovani iniziano a confrontarsi con il loro futuro professionale, ad esempio nell'ambito della materia «orientamento professionale». In questa fase l'orientamento professionale propone serate per i genitori, visite di classe al Centro d'orientamento professionale (COP) e consulenze individuali. Allo stesso tempo vi sono molte possibilità per conoscere professioni e formazioni: eventi informativi organizzati da aziende e scuole medie superiori, fiere regionali delle professioni e, ogni due anni, l'esposizione delle professioni «Fiutscher» a Coira.

Daniela, che oggi frequenta la 3^a classe del grado secondario I, ripercorre il suo processo di scelta professionale. Aveva un buon rendimento scolastico e stava valutando se frequentare una scuola di cultura generale (scuola media superiore) oppure iniziare una formazione professionale di base (apprendistato). La visita al COP le ha permesso di farsi un'idea dei percorsi scolastici e professionali disponibili. Poiché era ancora insicura, ha richiesto una consulenza individuale. Ha così conosciuto diverse professioni: alcune accessibili tramite una formazione professionale di base, altre tramite studi successivi.

Commitment

Affinché le opportunità nel processo di scelta della professione e nell'assegnazione dei posti di apprendistato siano più eque possibili per tutti, i partner della formazione 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 tirocinio vengono stipulati al più presto un anno prima dell'inizio dell'apprendistato
- ◊ I contratti di tirocinio vengono approvati dal servizio competente del Cantone (nei Grigioni l'Ufficio della formazione professionale) non prima del mese di settembre dell'anno precedente.



Daniela ha deciso di tenere aperte due strade: a partire dalla 2^a classe del grado secondario I ha svolto stage di orientamento in diverse professioni e, allo stesso tempo, si è preparata all'esame d'ammissione per accedere alla scuola media superiore. Era importante non mancare il termine d'iscrizione all'esame d'ammissione, previsto tra novembre e gennaio. Nella primavera della 2^a classe del grado secondario I sapeva di voler seguire una formazione professionale di base nel settore sanitario. Al contempo ha superato l'esame d'ammissione e ha così ottenuto anche l'accesso alla maturità professionale.

Nel mese di novembre Daniela ha ottenuto un posto di apprendistato come operatrice sociosanitaria AFC. Conseguendo la maturità professionale, in seguito potrà ad esempio studiare fisioterapia oppure ostetricia.



SCADENZARIO PER LA
SCELTA PROFESSIONALE
Scaricalo ora



DEINE LEHRE BEI EQUANS SWITZERLAND

Ausbildung mit Perspektive

echt was bewegen



LEHRBERUFE

- › 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
- › Fachmann/Fachfrau Betriebsunterhalt EFZ

Attraktive Löhne & starke Benefits

- › CHF 1'000.- im 1. Lehrjahr, steigende Löhne
- › Gratis BÜGA, Beteiligung an Laptop & Schulmaterial
- › Prämien für Leistung & Engagement

Freizeit & Teamspirit

- › 6 Wochen Ferien
- › Coole Teamevents
- › Unterstützung bei Sport & Ausgleich

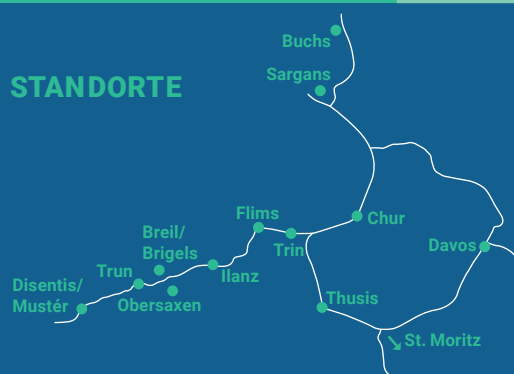
Begleitet von Anfang an

- › Einführungswoche
- › Berufsmatura möglich
- › Vorbereitung fürs QV

Deine Zukunft zählt

- › Chance auf Festanstellung
- › Förderung von Weiterbildungen
- › Höchste Priorität: Arbeitssicherheit

STANDORTE



jetztlehrstelle.ch

BOCK UF A KUULI LEHR? WERD TEIL VU ÜSEREM TEAM!

BAUMEISTER Graubündens

Unsere Lehrberufe:

Baumaschinenmechaniker/-in EFZ, Chur
Bauwerkrenner/-in EFZ, Chur
Grundbauer/-in EFZ, Chur
Kaufmann/-frau EFZ, Chur
Maurer/-in EFZ oder EBA, Arosa/Chur/Davos
Strassenbauer/-in EFZ, Chur/Cunter/Davos/Ilanz
Strassenbaupraktiker/-in EBA, Chur/Cunter/Davos/Ilanz



ZINDEL GRUPPE



Mehr Infos zu
unseren Lehrberufen

METTLER PRADER

CRESTA GEO

XSTATIK

ZINDEL LOGISTIK

BRUNOLD AROSA

SOSTEGNO AI GENITORI DURANTE LA SCELTA PROFESSIONALE

Intervista a Ursina Gradolf, madre di Niculin Gradolf, dall'estate 2025 in formazione professionale di base quale elettronico con attestato federale di capacità (AFC).

di Sandie Sumner Pahl, responsabile della squadra OPSC Coira, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

Come ha vissuto la scelta professionale di suo figlio?

La scelta professionale di nostro figlio è stata per noi un periodo interessante e illuminante. Abbiamo potuto osservare come si sia confrontato in modo molto consapevole con la grande varietà di possibilità e come, nel farlo, gli sia diventato sempre più chiaro quale strada desiderasse intraprendere. La sua decisione ha preso forma passo dopo passo e si è rivelata molto adatta a lui.

In che modo lo scadenziario l'ha aiutata nel processo di scelta professionale?

I punti di riferimento nello scadenziario sono stati di grande aiuto per noi e soprattutto per nostro figlio. Per Niculin è stato particolarmente utile sapere che è opportuno avere, entro Natale della 2ª classe del grado secondario I, una selezione più ristretta di quattro o cinque professioni o percorsi formativi. Con l'aiuto dell'orientamento professionale siamo riusciti a raggiungere bene questo obiettivo. In questo modo nostro figlio ha potuto pianificare per tempo i suoi stage di orientamento e, entro maggio della 2ª classe del grado secondario I, conoscere le professioni anche nella pratica. Con molta motivazione e sicurezza gli è poi stato possibile inviare tutte le candidature entro agosto, prima dell'inizio della 3ª classe del grado secondario I, ed essere quindi preparato al meglio per il processo di candidatura.

In che modo l'orientamento professionale, negli studi e nella carriera (OPSC) vi ha accompagnato nel processo di scelta professionale?

L'OPSC ha fornito a nostro figlio un prezioso supporto nel suo percorso di scelta professionale. Gli appuntamenti presso l'orientamento professionale lo hanno aiutato a conoscere meglio i propri interessi, i propri punti di forza e i propri punti deboli,



Ursina Gradolf consiglia ai genitori di accompagnare e incoraggiare attivamente i propri figli e le proprie figlie nel processo di scelta professionale.

permettendogli inoltre di avere una panoramica dei diversi campi professionali. Nei colloqui di consulenza è riuscito sempre meglio a delimitare le professioni e a effettuare una selezione più ristretta, interessante e adatta a lui. Particolarmente utili sono stati anche i materiali informativi e i video sulle professioni, grazie ai quali ha potuto conoscere le professioni in modo più dettagliato. Così è riuscito a filtrare in modo mirato le opzioni adatte e, allo stesso tempo, a escludere le professioni che corrispondevano meno alle sue idee. I colloqui con l'orientatrice professionale sono sempre stati molto incoraggianti e rispettosi.

Quali consigli ha per i genitori i cui figli e figlie si trovano davanti alla scelta professionale?

Il mio consiglio ai genitori è di sostenere attivamente i propri figli e le proprie figlie nel processo di scelta professionale e di incoraggiarli a svolgere il maggior numero possibile di stage di orientamento. Grazie alle esperienze pratiche, i giovani riescono a capire meglio che cosa piace loro, ma anche che cosa non piace loro. Al contempo, è utile accompagnare i figli e le figlie nella pianificazione e sostenerli nel rispetto di scadenze importanti nel processo di scelta professionale.

CONSIGLI PER I GENITORI
Scaricalo ora



Fachperson
Gesundheit
EFZ



Fachperson
Betreuung
EFZ



Fachperson
Hotellerie-
Hauswirtschaft
EFZ



Köchin/Koch
EFZ



Fachperson
Betriebsunterhalt
EFZ



Lehrstellen 2027 findest du auf unserer Webseite
www.scalottas.ch/ausbildung-mit-herz

Hier häng ich mich mit Herz rein.

Infoabend Berufsmaturität 1&2

Ausrichtung Gesundheit und Soziales

Dienstag
22. September 2026
18.30 Uhr am bgs

**Jetzt
anmelden**

Weitere Veranstaltungen:
www.bgs-chur.ch/veranstaltungen



bgs



ACCOMPAGNARE I GENITORI DURANTE LA SCELTA PROFESSIONALE

Intervista a Raphaela Nuolf, madre di Giuanna Nuolf, allieva del liceo di Coira.

di Sandie Sumner Pahl, responsabile della squadra OPSC Coira, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera,
Ufficio della formazione professionale

Come ha vissuto la scelta professionale di sua figlia?

Per noi genitori è stato un periodo molto interessante, ma anche impegnativo. Nostra figlia era aperta a molte professioni diverse, ma al contempo si sentiva sopraffatta dalla grande varietà di possibilità. L'abbiamo aiutata a partire e a trovare il giusto equilibrio tra l'andare avanti e il non metterle troppa pressione.

In che modo lo scadenziario vi ha aiutato?

Lo scadenziario conferisce una struttura importante all'intero processo e mostra quali passi dovrebbero essere intrapresi entro quali termini. Ciò infonde sicurezza e aiuta a non perdersi tra le numerose possibilità. Siccome Giuanna si interessava sia a una formazione professionale di base con maturità professionale, sia a scuole superiori, per noi è stato molto utile sapere che la partecipazione a eventi informativi e a stage di orientamento sarebbe stata importante durante tutto il secondo anno del grado secondario I. Così, già in autunno abbiamo potuto partecipare all'evento informativo presso la scuola media superiore e, nel corso dell'anno, raccogliere esperienze tramite stage di orientamento nelle professioni che le interessavano.

In che modo l'orientamento professionale, negli studi e nella carriera vi ha accompagnato?

L'orientatrice professionale ha saputo considerare nostra figlia nella sua individualità e offrirle una consulenza su misura. Ha posto le domande giuste, ha ascoltato con attenzione e ha fornito valutazioni realistiche e utili. In questo modo ha aiutato nostra figlia a conoscersi meglio, a dare una struttura all'intero processo di scelta professionale e a individuare percorsi adatti.

Quali consigli ha per i genitori i cui figli e figlie si trovano davanti alla scelta professionale?

Ascoltare con attenzione e porre domande spesso aiuta più di molti consigli. È rassicurante sapere che



«Ascoltare con attenzione e porre domande spesso aiuta più di molti consigli», ha dimostrato l'esperienza di Raphaela Nuolf.

i e le giovani possono contare su un sostegno professionale che li orienta. Per me è stato utile rimanere aperta e avere fiducia nel fatto che nostra figlia avrebbe trovato la propria strada.

CONSIGLI PER I GENITORI
Scaricalo ora





ORIENTARSI

UNA BUONA FORMAZIONE CON IL CFP

I posti di apprendistato disponibili si trovano qui:
www.orientamento.ch/tirocinio

La formazione professionale di base (apprendistato) con certificato federale di formazione pratica (CFP) è una formazione orientata alla pratica. Essa dura due anni e prepara i e le giovani a una professione.

di Noëmi Thommen, specialista in informazione e documentazione, Ufficio della formazione professionale

Il certificato federale di formazione pratica CFP

La formazione di base CFP dura due anni ed è rivolta a giovani con una predisposizione alle attività pratiche. Può essere frequentata una volta conclusa la scuola dell'obbligo, quindi dopo il grado secondario I.

La formazione di base CFP si svolge quattro giorni alla settimana presso un'azienda formatrice. Un giorno alla settimana gli apprendisti e le apprendiste frequentano la scuola professionale. Lì approfondiscono le conoscenze teoriche nelle materie specifiche della professione e le conoscenze di cultura generale. Inoltre acquisiscono competenze professionali generali nei corsi interaziendali (CI).

Diploma

Verso la fine della formazione professionale di base si svolge la procedura di qualificazione (PQ; in precedenza chiamata esame finale di tirocinio). Chi supera la PQ riceve il certificato federale di formazione pratica CFP. In seguito possono lavorare come specialisti e specialiste qualificati nella professione appresa. Questo diploma è riconosciuto in tutta la Svizzera.

Chi ha dei buoni voti nel CFP ha la possibilità di seguire poi una formazione professionale di base con attestato federale di capacità (AFC; vedi pagina seguente).

Cercare uno stage di orientamento o un posto di apprendistato

Esistono circa 60 formazioni di base CFP in diversi campi professionali. Questi campi professionali sono ad esempio: natura, edilizia, veicoli, salute e molti altri. La descrizione delle professioni è disponibile su orientamento.ch/professioni-cfp.

Gli indirizzi delle aziende formatrici alle quali è possibile rivolgersi per stage di orientamento si trovano su: www.orientamento.ch/repertorio-aziende



PROFESSIONI CON CFP
Alla panoramica



SPICCA IL VOLO CON L'AFC

La formazione professionale di base con attestato federale di capacità (AFC) è una formazione (apprendistato) che prepara i e le giovani al mondo del lavoro.

di Noëmi Thommen, specialista in informazione e documentazione,
Ufficio della formazione professionale

L'attestato federale di capacità AFC

La formazione professionale di base con attestato federale di capacità è una formazione triennale o quadriennale. Può essere frequentata dopo la conclusione della scuola dell'obbligo. La formazione pratica si svolge presso un'azienda formatrice. Di norma gli apprendisti e le apprendiste frequentano la scuola professionale di base per uno o due giorni alla settimana, a seconda della professione scelta. Presso la scuola professionale di base acquisiscono conoscenze teoriche nelle materie specifiche della professione e nella cultura generale. Inoltre apprendono abilità professionali generali nei corsi interaziendali (CI).

Suole a tempo pieno

Per alcune professioni vi è la possibilità di svolgere la formazione professionale di base presso una scuola a tempo pieno. Nei Grigioni, tra queste scuole a tempo pieno rientrano ad esempio la scuola media di commercio, la scuola media di informatica o la scuola alberghiera. Ulteriori informazioni relative a queste scuole seguono a pagina 17.

Diploma e perfezionamento professionale

Alla fine della formazione professionale di base si svolge la procedura di qualificazione (in precedenza chiamata esame finale di tirocinio). Chi supera la procedura ottiene l'attestato federale di capacità. Questo diploma è riconosciuto in tutta la Svizzera.

Dopo aver conseguito l'attestato, può lavorare nella professione appresa come specialista qualificato/a. L'AFC permette anche di accedere a diversi perfezionamenti professionali della formazione professionale superiore.

Chi desidera proseguire gli studi dopo la formazione professionale di base può conseguire la maturità professionale. Ciò è possibile sia durante sia dopo la formazione professionale di base. Ulteriori informazioni sulla maturità professionale seguono a pagina 15.

Cercare uno stage di orientamento o un posto di apprendistato

Esistono circa 180 professioni AFC in diversi campi professionali. Questi campi professionali sono ad esempio: alimentazione, architettura, impiantistica, informatica e molti altri. Le professioni sono descritte su: orientamento.ch/ricerca-afc

Gli indirizzi delle aziende formatrici alle quali è possibile rivolgersi per stage di orientamento si trovano su www.orientamento.ch/repertorio-aziende.



PROFESSIONI CON AFC
Alla panoramica



FREIE LEHRSTELLEN BEIM KANTON 2027

B
E
R
U
F
E

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

Bewirb dich jetzt!

www.lehre.gr.ch



**Ich schaue gerne
auf andere herab.**

Marco macht sein
Hobby Klettern als
Netzelektriker zum Beruf.

Deine Lehre
bei Repower
repower.com/lehre

REPOWER
MACHT SINN



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!

Da geht was.

Auch bei deiner Karriere.
jobs.valens.ch

valens





LA MATURITÀ PROFESSIONALE

La maturità professionale integra la formazione professionale di base (apprendistato) con una formazione generale ampliata e consente di accedere a una scuola universitaria professionale.

di Noëmi Thommen, specialista in informazione e documentazione, Ufficio della formazione professionale

MATURITÀ PROFESSIONALE DURANTE LA FORMAZIONE PROFESSIONALE DI BASE (MP 1)

La MP 1 si rivolge a giovani con buone prestazioni scolastiche che seguono una formazione AFC. Oltre alle lezioni presso la scuola professionale, frequentano anche le lezioni presso la scuola di maturità professionale. Di solito frequentano la scuola due giorni alla settimana; il resto della settimana lavorano presso la loro azienda formatrice. Per poter frequentare i cicli di formazione MP 1 nel Cantone dei Grigioni sono necessari il consenso dell'azienda formatrice e il superamento di un esame d'ammissione.



LEZIONI

Le lezioni sono suddivise in ambiti fondamentali, ambiti specifici e ambiti complementari. L'ambito fondamentale è strutturato allo stesso modo in tutti gli indirizzi. Comprende la prima e la seconda lingua nazionale, l'inglese e la matematica. Gli ambiti specifici e complementari si differenziano a seconda dell'indirizzo.



ATTESTATO DI MATURITÀ

Chi ha conseguito la maturità professionale accede senza esame a una scuola universitaria professionale in un indirizzo di studio affine a quello della MP. La maturità professionale, insieme all'esame complementare passerella, permette di studiare presso un'università o un politecnico federale. Per poter accedere all'Alta scuola pedagogica occorre sostenere un esame d'ammissione.



MATURITÀ PROFESSIONALE DOPO LA FORMAZIONE PROFESSIONALE DI BASE (MP 2)

La MP 2 viene conseguita dopo aver concluso una formazione professionale di base. Il diploma può essere conseguito a tempo pieno (1 anno) oppure a tempo parziale (2 anni). Per frequentare i cicli di formazione MP 2 è necessario un attestato federale di capacità (AFC). A seconda del percorso formativo è necessario superare un esame di idoneità o un colloquio di ammissione.



INDIRIZZI

- ◇ Creazione e arte
- ◇ Sanità e socialità
- ◇ Natura, paesaggio e alimentazione (nei Grigioni solo MP 2)
- ◇ Tecnica, architettura, life sciences
- ◇ Economia (tipo W) e servizi (il tipo D, al momento non viene offerto nei Grigioni.)

Nella MP 1 l'indirizzo viene definito per lo più tramite la formazione professionale di base.



SPESE

La frequenza dei cicli di formazione MP è gratuita per allievi e allieve che vivono da almeno due anni nel Cantone dei Grigioni. I mezzi didattici, i progetti, i diplomi linguistici e le escursioni sono a carico degli apprendisti e delle apprendiste. A volte viene riscossa una tassa d'iscrizione.





LE OFFERTE DI FORMAZIONE DELLE SCUOLE MEDIE SUPERIORI

Dopo la scuola dell'obbligo, nei Grigioni i e le giovani possono scegliere tra diversi percorsi, uno di questi porta alla scuola media superiore, la quale propone quattro offerte di formazione con prospettive diverse. di Christian Ehrbar, vice capoufficio, Ufficio della formazione medio-superiore

Liceo, scuola media specializzata, scuola media di commercio, scuola media di informatica: dietro a questi quattro nomi si celano percorsi formativi differenti. Tutti offrono una formazione generale ampia e approfondita e preparano allieve e allievi agli studi nonché ad attività impegnative nella società e nel mondo del lavoro. Nel Cantone dei Grigioni vi sono complessivamente nove scuole medie superiori: la Scuola cantonale grigione di Coira e

otto scuole medie superiori private con mandato di prestazioni cantonale nelle diverse valli. Così anche allievi e allieve provenienti dalle regioni hanno la possibilità di frequentare una scuola media superiore vicino al luogo di domicilio. Chi desidera frequentare una scuola media superiore grigionese deve superare l'esame d'ammissione cantonale.

IL LICEO: IL PERCORSO PIÙ AMPIO VERSO GLI STUDI UNIVERSITARI

Il liceo è la formazione più aperta per quanto riguarda i percorsi di studio successivi. La maturità liceale consente di accedere senza esami alle università, ai politecnici federali ETH/EPFL e alle alte scuole pedagogiche. Chi dopo il liceo desidera frequentare una scuola universitaria professionale necessita di esperienza nel mondo del lavoro, ad esempio di un periodo di pratica o di un impiego in un campo professionale, oppure sceglie una formazione bachelor con pratica integrata (PiBS). Al liceo gli allievi e le allieve acquisiscono una cultura generale approfondita ed equilibrata quale presupposto per l'idoneità generale agli studi, ma non una formazione specialistica o professionale. Al contempo imparano ad agire in modo responsabile e consapevole nonché a partecipare alla vita pubblica. Nei Grigioni il liceo viene proposto in due varianti: il liceo con formazione lunga del-

la durata di sei anni, che segue la 6^a classe elementare, e il liceo quadriennale, che di norma inizia subito dopo la 2^a classe del grado secondario I. Oltre a un ampio catalogo di materie fondamentali obbligatorie nei settori lingue, matematica, informatica e scienze naturali, nonché scienze umane e sociali e arte, gli allievi e le allieve scelgono un'opzione specifica e un'opzione complementare in base ai propri interessi personali.



PROCEDURA DI AMMISSIONE

La procedura di ammissione per un'offerta di formazione presso una scuola media superiore grigionese prevede un esame d'ammissione cantonale uniformato. Tutte le informazioni sulla procedura di ammissione sono disponibili sul sito www.ahb.gr.ch/aufnahmepruefung. Inoltre, prima degli esami d'ammissione si svolgono eventi informativi presso diverse sedi scolastiche.



Termini di iscrizione per gli esami d'ammissione

liceo inferiore:
14 dicembre 2026

Liceo:
18 gennaio 2027



LA SMS: FORMAZIONE GENERALE NEL CAMPO PROFESSIONALE

La scuola media specializzata (SMS) si rivolge a giovani che desiderano combinare un'ampia formazione generale con una chiara focalizzazione professionale. Nell'arco di tre anni gli allievi e le allieve acquisiscono solide conoscenze in materie quali lingue, matematica, società e scienze naturali, integrate da un approfondimento specifico nel campo professionale. Nei Grigioni si possono scegliere tra i campi professionali salute, pedagogia e lavoro sociale. Chi, dopo il conseguimento del certificato di scuola specializzata, intende compiere un ulteriore passo può conseguire la maturità specializzata in un quarto anno di formazione. Essa apre la strada a una scuola universitaria professionale o a un'alta scuola pedagogica. Un esempio: i futuri e le future insegnanti di scuola elementare frequentano spesso la SMS con indirizzo pedagogico e conseguono in seguito la maturità specializzata. Questa rappresenta la via diretta verso l'alta scuola pedagogica.



LA SMC: IMPIEGATI DI COMMERCIO CON MATURITÀ PROFESSIONALE

Alla scuola media di commercio tutto ruota attorno al mondo commerciale. Nei primi tre anni gli allievi e le allieve acquisiscono una cultura generale ampliata e solide conoscenze di economia, diritto e lingue. Nel quarto anno svolgono un periodo di pratica in un'azienda del settore commerciale e imparano così a conoscere direttamente la quotidianità in ufficio. Il diploma di impiegato/a di commercio AFC con maturità professionale, tipo Economia, consente di entrare direttamente nel mondo del lavoro oppure di intraprendere studi presso una scuola specializzata superiore o una scuola universitaria professionale.



LA SMI: PROGRAMMATORI E PROGRAMMATRICI DI DOMANI

La scuola media di informatica è la più recente offerta delle scuole medie superiori grigionesi ed è stata proposta per la prima volta nell'anno scolastico 2025/26. Si rivolge a giovani che hanno una passione per la tecnologia e la programmazione. La SMI combina moduli informatici orientati alla pratica con approfondimenti in ambito economico e un'ampia formazione generale. La struttura è simile a quella della SMC: tre anni scolastici e un periodo di pratica professionale. Al termine della formazione gli allievi e le allieve conseguono l'AFC in informatica, indirizzo Sviluppo di applicazioni, nonché la maturità professionale, tipo economia: un punto di partenza ideale per un impiego nel settore IT o per proseguire gli studi presso una scuola universitaria professionale.



Termine di
iscrizione per
l'esame d'ammissione
alla SMS/SMC/SMI:

18 gennaio 2027

DATE DI ISCRIZIONE E DEGLI ESAMI 2026/27

Esame d'ammissione alla 1^a classe del liceo della durata di sei anni (liceo inferiore):

iscrizione entro il 14 dicembre 2026,
esame il 16 febbraio 2027

Esame uniformato di ammissione alla 3^a classe del liceo e alla 1^a classe della SMS/SMC/SMI:

iscrizione entro il
18 gennaio 2027, esame il
16 marzo 2027

Power für deine Zukunft. Lehrstellen im Elektrizitätswerk.



VBE Graubünden
Grischun
Grigioni

Netzelektriker/innen EFZ

EWD Elektrizitätswerk Davos AG, Davos Platz
Flims Electric AG, Flims Dorf
IBC Energie Wasser Chur, Chur
Kraftwerke Hinterrhein AG, Thusis
Rhienergie AG, Tamins
Repower AG, Landquart
Rhätische Bahn AG, Landquart

Elektroinstallateure/innen EFZ

Energia Alpina, Sedrun
EWD Elektrizitätswerk Davos AG, Davos Platz

Polymechaniker/innen EFZ

Kraftwerke Hinterrhein AG, Thusis
Repower AG, Landquart

Montageelektriker/innen EFZ

Energia Alpina, Sedrun



vbe-graubunden.ch/lehrstellen

Auskünfte erteilen die
jeweiligen Lehrbetriebe.

Steig ein und starte durch!

Deine Lehrstelle bei der RhB wartet auf dich.

Unsere Lehrstellen für 2027 sind online.



Jetzt bewerben auf www.login.org

 **Rhätische Bahn**
Ferrovia retica Viafier retica

log
in



LA PROFESSIONE GIUSTA PER I PROPRI PUNTI DI FORZA

Ogni allievo o ogni allieva dispone di punti di forza e capacità propri. Per trovare una professione adatta è importante conoscerli. A tale scopo è fondamentale confrontarsi con sé stessi.

di Noëmi Thommen, specialista in informazione e documentazione, Ufficio della formazione professionale



Cosa sono le competenze?

Le competenze sono le capacità e le abilità che una persona possiede per svolgere bene un compito. Le competenze possono essere suddivise in:

Competenze specialistiche:

♦ buona ortografia, immaginazione spaziale, talento creativo, ecc.

Competenze metodologiche:

♦ talento organizzativo, pensiero critico, autonomia, ecc.

Competenze personali:

♦ entusiasmo, affidabilità, gestione del tempo, ecc.

Competenze sociali:

♦ capacità di lavorare in team, disponibilità, capacità di accettare le critiche, doti comunicative, ecc.

Quali competenze sono necessarie?

Per ogni professione sono importanti competenze diverse. Queste sono definite in un cosiddetto profilo dei requisiti. Ad esempio, un mediatore AFC o una mediatrice AFC deve avere molte idee creative ed essere in grado di organizzarsi bene. Il o la copritetto AFC invece, necessita di abilità manuali e di immaginazione spaziale.

Punti forti e punti deboli

Quando si tratta di scelta professionale, è innanzitutto importante conoscere i propri punti di forza e i propri punti deboli. Per scoprirli

può essere utile valutare le proprie capacità. Inoltre, una valutazione esterna da parte di genitori, amici o insegnanti può fornire feedback preziosi.

Confrontare competenze e requisiti

Per trovare una professione adatta è necessario confrontare le proprie capacità con i requisiti richiesti dalla professione. I requisiti professionali sono pubblicati su «orientamento.ch» e «profilideirequisiti.ch» oppure possono essere richiesti direttamente all'azienda formatrice.

Test d'idoneità

Nelle candidature per un posto di apprendistato, alcune aziende formatrici richiedono ad allievi e allieve un test d'idoneità che verifichi e attesti le loro competenze. Nella maggior parte dei casi vengono verificate le conoscenze scolastiche, la disponibilità all'apprendimento, le buone maniere e la capacità generale di ragionamento.

ALLA LISTA DI CONTROLLO
I profili dei requisiti in
sintesi





Il sistema formativo svizzero offre un gran
professionale di base sia una scuola di

di Petra Wyss, responsabile della sezione orientamento professionale,

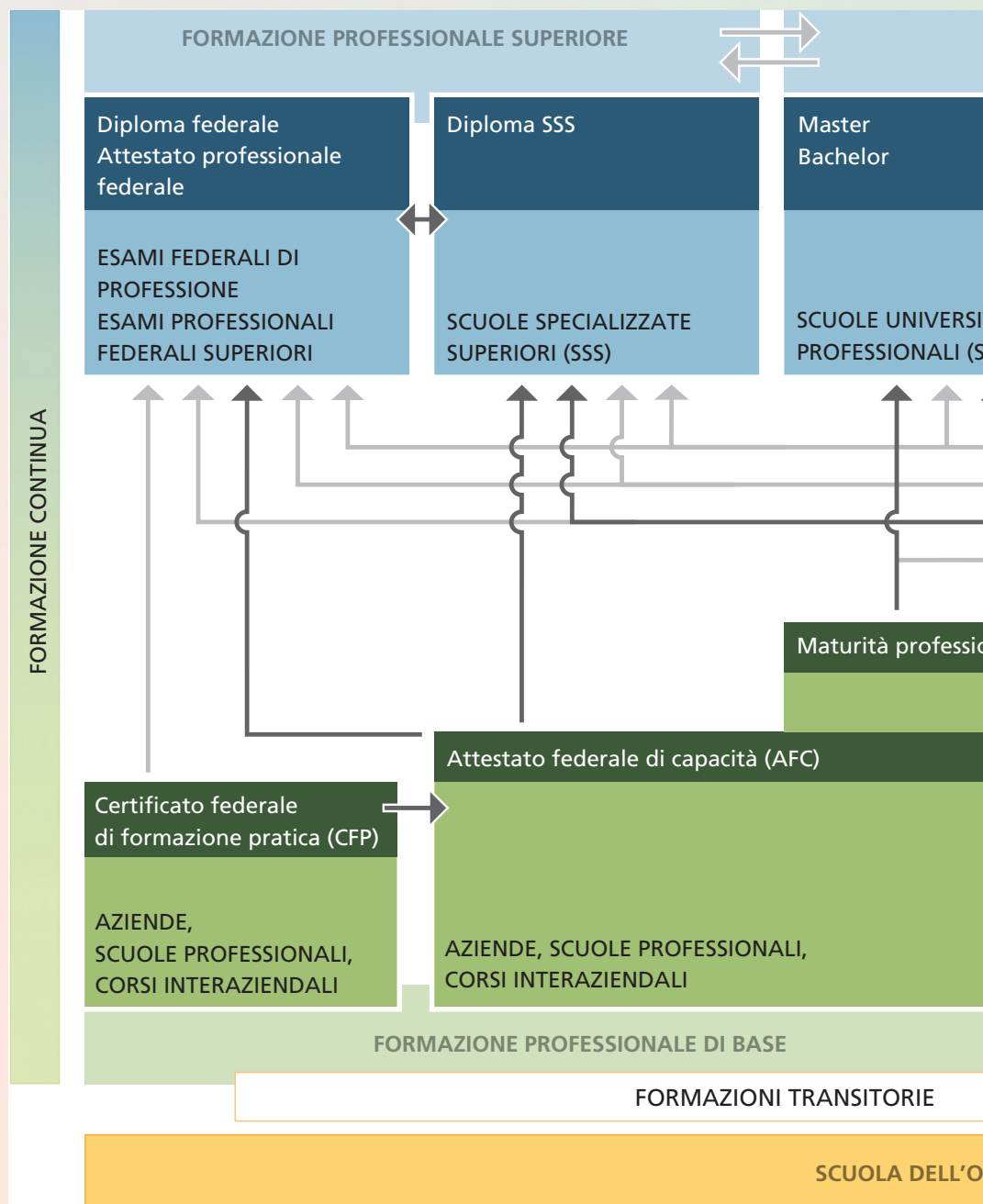
IL SISTEMA FORMATIVO

Formazione professionale superiore

Della formazione professionale superiore fanno parte le scuole specializzate superiori (SSS) e gli esami federali (esami di professione ed esami professionali superiori). L'accesso alla formazione di professione 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 all'attività lavorativa.

Formazioni transitorie

Al termine della scuola dell'obbligo, non tutti i giovani trovano una soluzione successiva o si sentono già in grado di intraprendere una formazione professionale di base o una scuola di cultura generale. Per loro esistono diverse formazioni transitorie.



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:

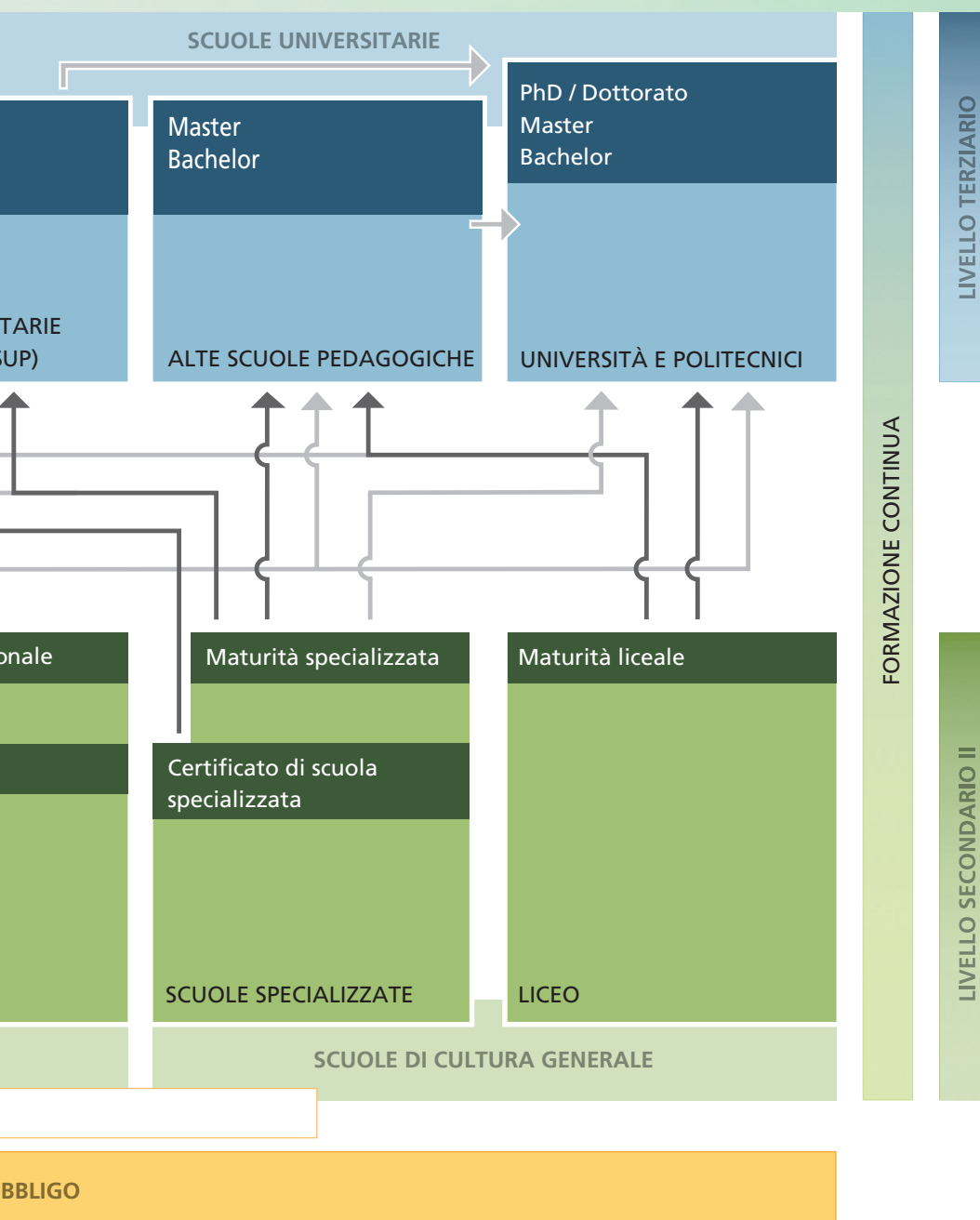
- ◇ Certificato federale di formazione pratica CFP (2 anni)
- ◇ Attestato federale di capacità AFC (3 o 4 anni)

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.



numero di possibilità per dare forma alla propria carriera professionale. Sia una formazione cultura generale offrono possibilità di sviluppo variegata ed equivalenti.

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 PF. Esse svolgono la 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.

Formazione continua

Varie istituzioni come scuole private e pubbliche, imprese o associazioni di categoria offrono formazioni continue. Di norma, per tali formazioni non serve alcuna formazione preliminare specifica. Lo scopo di questo tipo di formazione consiste nell'ampliamento delle competenze nel campo professionale precedente oppure nell'acquisizione di competenze in un nuovo campo affinché l'accesso al riorientamento professionale risulti agevolato oppure possa essere preso in considerazione. Tali 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)

Tra le scuole medie superiori rientrano il liceo, la scuola media specializzata, la scuola media di commercio e la scuola media di informatica.

Il liceo della durata di sei anni inizia dopo la 6^a classe elementare, mentre il liceo quadriennale inizia dopo la 2^a o la 3^a classe del grado secondario I. La scuola media specializzata (SMS) inizia dopo la scuola dell'obbligo e dura tre anni fino al conseguimento del certificato di scuola media specializzata e quattro anni fino al conseguimento della maturità specializzata nei campi professionali salute, pedagogia o lavoro sociale. Nel quadro di una formazione professionale di base organizzata a livello scolastico con maturità professionale, gli allievi e le allieve di una scuola media di commercio (SMC) o di una scuola media di informatica (SMI) vengono preparati al conseguimento di un attestato federale di capacità AFC. Dopo una parte scolastica della durata di tre anni, svolgono un periodo di pratica professionale di un anno.

Lehrbeginn
2027
August

LERNENDER ELEKTRONIKER

(m/w/d)

WIR SUCHEN...DICH!



viega

VALBELLA RESORT

★★★★S

OFFENE
LEHRSTELLEN
AB 2027

BITTE NICHT BEWERBEN...

... wenn einer dieser
Sätze zu dir passt.



NOCH DA? SEHR GUT.

Dann möchten wir dich
gerne kennenlernen.

JETZT UNKOMPLIZIERT BEWERBEN UND
TEIL DER #VALBELLAFAMILIE WERDEN.



KOCH / KÖCHIN EFZ

Wenn Tiefkühlpizza für
dich bereits hohe
Kochkunst ist.



RESTAURATIONSFACH-
MANN/-FRAU EFZ

Wenn dich Menschen
grundsätzlich nerven.



FACHMANN/-FRAU HOTEL-
LERIE-HAUSWIRTSCHAFT EFZ

Wenn «fast sauber»
für dich völlig reicht.



LO STAGE DI ORIENTAMENTO

Lo stage di orientamento è uno dei modi migliori per conoscere una professione attraverso esperienze pratiche.

di Corina Denuder, orientatrice professionale,
negli studi e nella carriera, Ufficio della
formazione professionale



Perché svolgere uno stage di orientamento?

Uno stage di orientamento consente ai e alle giovani di immergersi nel mondo del lavoro e di verificare se questo campo professionale fa per loro e se soddisfano i requisiti necessari per una formazione professionale di base. Oltre al confronto teorico con la professione desiderata, lo stage di orientamento offre la migliore possibilità di raccogliere esperienze pratiche. Partecipando alla vita professionale quotidiana, i e le giovani possono verificare se le loro aspettative corrispondono alla realtà. Anche lo scambio con le persone del mestiere sul posto consente di farsi un'idea più approfondita della professione. Tutte queste impressioni rappresentano un passo importante nel processo di scelta professionale dei e delle giovani e un ulteriore elemento per una scelta professionale efficace.

Ulteriori aspetti dello stage di orientamento

Lo stage di orientamento ha l'obiettivo di far conoscere per uno o più giorni la realtà professionale in un'azienda. La durata viene concordata direttamente con l'azienda formatrice che offre lo stage di orientamento. Uno stage di orientamento può però anche far parte della procedura di selezione, con la quale l'azienda verifica se una possibile futura persona in formazione è adatta all'azienda formatrice. Chi si dimostra puntuale, cortese, autonomo, attento ai dettagli e in grado di lavorare in team aumenta le proprie possibilità di assunzione sin dal primo momento.

Consigli per lo stage di orientamento

- ◇ Gli indirizzi per stage di orientamento sono disponibili su www.orientamento.ch/repertorio-aziende
- ◇ Prima di iniziare lo stage di orientamento, informati bene sulla professione e sull'azienda formatrice.
- ◇ Tieni un elenco delle tue richieste di stage di orientamento.
- ◇ Durante lo stage di orientamento mostra interesse e poni domande.
- ◇ Documenta le tue esperienze nel diario dello stage.
- ◇ Fai compilare l'attestato dello stage dal formatore o dalla formatrice. Puoi allegare alla candidatura per un posto di apprendistato una copia dell'attestato dello stage compilato.
- ◇ Se possibile, svolgi stage di orientamento nella professione desiderata presso più aziende formatrici diverse.

DIARIO PER LO STAGE
Scarica la tua copia





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 2026 eine Lehre bei uns. Weitere Informationen unter burkhalter-bildung.ch

Gebäudetechnik, die verbindet.

Industriestrasse 19 | 7000 Chur
Telefon 081 286 99 44 | info@willi-gt.ch
www.willi-gt.ch

GRAUBÜNDEN
Kocht

10. SEPTEMBER 2026
IN CHUR

GenussRALLY

**Von Produzent:innen für Geniesser:innen.
Ein Abend voller Bündner Geschmack.**

Am 10. September 2026 wird das Samedia Medienhaus zur kulinarischen Entdeckungsreise. In kleinen Gruppen ziehen Sie von Station zu Station, probieren ausgewählte Bündner Spezialitäten und begegnen den Produzent:innen und Fachleuten hinter den Produkten.

Geniessen Sie die von Fürst & Schmalz zubereiteten Speisen und dazu den jeweils passenden Wein. Lernen Sie die Produzent:innen kennen und entdecken Sie regionale Produkte.

**Donnerstag, 10. September
Samedia, Sommeraustasse 32,
7000 Chur**

Dauer ca. 2 Std. 40 Min.
CHF 55.- pro Person

**Startzeit wählen & Ticket sichern
www.suedostschweiz.ch/kochen**




**FÜRST
& SCHMALZ**

**Big
Green
Egg**


quinta
coira
kaffeeösterei

graubündenVIVA

VON SALIS



DIVERSE SOLUZIONI INTERMEDIE

I e le giovani hanno bisogno di più tempo per trovare una soluzione successiva oppure non hanno ancora avuto successo nella ricerca di un posto di apprendistato? Esistono diverse offerte di cui i giovani possono avvalersi nel loro percorso di scelta professionale.

di Corina Denuder, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

Formazioni transitorie

Se verso la fine della scuola dell'obbligo serve più tempo per trovare una soluzione successiva, una formazione transitoria può essere una buona soluzione. La decisione di seguire una formazione transitoria può essere presa per vari motivi: serve più tempo per trovare la professione adatta oppure non è stato trovato un posto di apprendistato nella professione desiderata. Anche il miglioramento delle conoscenze scolastiche o delle conoscenze di tedesco può essere un motivo per iscriversi. Durante le formazioni transitorie i e le giovani vengono sostenuti/e nella scelta professionale, nella ricerca e nella preparazione di una soluzione successiva. Nel Cantone dei Grigioni esistono tre diverse formazioni transitorie: la formazione transitoria scolastica, la formazione transitoria combinata e la formazione transitoria di integrazione. Nella formazione transitoria scolastica, che si svolge cinque giorni alla settimana, oltre al sostegno nella scelta professionale vengono consolidate le competenze scolastiche e personali. La formazione transitoria combinata offre inoltre attività pratiche in aziende. Il punto centrale della formazione transitoria di integrazione consiste, oltre che nell'insegnamento di cultura generale e nella preparazione al mondo del lavoro, nella promozione delle competenze linguistiche in tedesco dei giovani.

Altre soluzioni intermedie

Oltre alle formazioni transitorie esistono altre soluzioni intermedie per i e le giovani che dopo la scuola non hanno ancora trovato una soluzione successiva. Tra queste rientrano ad esempio un soggiorno linguistico, un soggiorno «au pair» o



un periodo di pratica in azienda. Chi sceglie un'altra soluzione intermedia dovrebbe comunque continuare a occuparsi della scelta professionale e della ricerca di un posto di apprendistato.

Programma giovanile Funtauna

Il programma giovanile Funtauna è una misura del mercato del lavoro chiamato anche semestre di motivazione. Nel quadro di questo programma, giovani adulti lavorano cinque giorni alla settimana al proprio futuro professionale. Il programma sostiene e accompagna giovani e giovani adulti che hanno concluso la scuola dell'obbligo o interrotto una formazione. Chi

partecipa riceve consigli e suggerimenti utili per presentare con successo la propria candidatura per stage di orientamento e posti di apprendistato. Insieme viene elaborato un piano per promuovere le competenze scolastiche, in particolare quelle importanti per il proprio desiderio professionale. Al tempo stesso è possibile acquisire esperienze pratiche in diversi settori. L'iscrizione avviene tramite gli uffici regionali di collocamento (URC), l'assicurazione per l'invalidità dell'Istituto delle assicurazioni sociali oppure tramite il Servizio sociale della regione.

FORMAZIONI TRANSITORIE
Informati per tempo



Mach mit das, wo alli machen.

Entscheide dich für eine Lehre bei **Brasser Kälte AG**
als Kältesystem-Monteur/in EFZ / Kältemontage-Praktiker/in EBA

Still sitza isch nit dis Ding?
Perfekt. Üses au nit.

Interessa gweckt? Scan dr QR-Code

- Gratis unterwegs mit dem GA
- 5 Wochen Ferien
- 13. Monatslohn oder mehr Ferien
- jeden Tag unterwegs
- ganz Graubünden entdecken
- Arbeiten im Team
- junges, cooles Unternehmen
- kein langweiliges rumsitzen



LEHRSTELLEN

Steig auf!
Wenn du Bock auf eine
Lehre mit Zukunft hast.



BEWIRB DICH JETZT ALS

- NETZELEKTRIKER/IN EFZ
- ELEKTROINSTALLATEUR/IN EFZ



EWD ELEKTRIZITÄTSWERK DAVOS AG
Talstrasse 35
7270 Davos Platz

info@ewd.ch T 081 415 38 00
www.ewd.ch

CENTER DA SANDÀ ENGIADINA BASSA
GESUNDHEITZENTRUM UNTERENGADIN



Wir fördern Deine Talente!

Wir bieten per **1. August 2027** im Center da sandà Engiadina Bassa
folgende **Lehrstellen** an:

- Fachfrau/-mann Gesundheit EFZ (FaGe)**
- Köchin / Koch EFZ**

- Eine breit abgestützte Ausbildung in verschiedenen Betrieben des Gesundheitszentrums erwartet Dich.
- Deine Talente werden durch eine professionelle, vielseitige Ausbildung und durch unsere Fachkompetenz gefördert.
- Bei einem Schnupperpraktikum lernst Du Deinen zukünftigen Beruf kennen.

Wir freuen uns auf Dich!

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



Informationen unter
cseb.ch/Ausbildung

DEINE ZUKUNFT BEGINNT MIT UNS

Unsere offenen
Lehrstellen ab
Sommer 2027



Laborant:in Chemie

Fachfrau:mann Betriebsunterhalt

Anlageführer:in

Lass uns gemeinsam die Zukunft gestalten und
bewirb dich noch heute unter:
holcim.ch/de/berufslehre





LA RICERCA DI UN POSTO DI TIROCINIO

La ricerca di un posto di apprendistato richiede impegno. Una buona pianificazione, una valutazione realistica delle proprie capacità e un atteggiamento aperto aumentano le possibilità di successo.

di Franziska Angehrn, specialista in informazione e documentazione, Ufficio della formazione professionale

Una volta scelta una professione, inizia la ricerca di un posto di apprendistato adatto. Si tratta di un periodo ricco di stimoli, ma talvolta anche impegnativo. Per questo motivo è importante preparare e pianificare con cura la ricerca di un posto di apprendistato. Ciò significa informarsi preventivamente sulla professione scelta e conoscere i propri punti di forza e i propri interessi. È inoltre importante valutare in modo realistico i requisiti della professione e le proprie capacità. In questo modo è possibile capire se una professione fa davvero per te. La scelta professionale deve essere fatta in modo consapevole.

Trovare posti di apprendistato disponibili

Oggi i posti di apprendistato disponibili vengono pubblicati soprattutto in internet e raramente sui giornali. Numerose aziende pubblicano i loro posti di apprendistato sul proprio sito web.

Inoltre ci sono diverse piattaforme che raccolgono offerte di posti di apprendistato, ad esempio «www.orientamento.ch/tirocinio». Vale la pena visitare regolarmente queste pagine e cercare in modo mirato nuove offerte. Sovente, con pochi clic sulle piattaforme è possibile attivare un'informazione automatica via e-mail circa nuovi posti di apprendistato pubblicati.

Oltre a internet, è possibile utilizzare anche i contatti personali. Può essere utile informarsi presso conoscenti e persone della propria cerchia.

Gestione delle risposte negative

Durante la ricerca di un posto di apprendistato bisogna anche attendersi delle risposte negative. Soprattutto nelle professioni più richieste, la con-

correnza è spesso forte. Le risposte negative possono avere diversi motivi, ad esempio prestazioni scolastiche insufficienti oppure un numero elevato di candidature.

Non sempre si riesce a trovare un posto di apprendistato nella professione desiderata. Per questo motivo è importante occuparsi per tempo anche delle alternative. In questo modo si aprono nuove possibilità e aumentano le probabilità di ottenere un posto di apprendistato. Flessibilità e atteggiamento aperto aiutano a trovare soluzioni adatte.

Una ricerca di un posto di apprendistato preparata con cura richiede tempo, pazienza e perseveranza. Spesso sono necessarie più candidature. Chi si informa, valuta diverse possibilità e non si lascia scoraggiare ha buone prospettive di trovare un posto di apprendistato adatto.

AI POSTI DI APPRENDISTATO
DISPONIBILI





LA CANDIDATURA

La candidatura è un passo importante verso l'ottenimento di un posto di apprendistato. Accuratezza, struttura chiara e contenuti significativi aumentano le possibilità di una risposta positiva.

di Franziska Angehrn, specialista in informazione e documentazione,
Ufficio della formazione professionale

La decisione di intraprendere una professione è stata presa. La ricerca di posti di apprendistato disponibili è iniziata. Ora segue la candidatura. Vale la pena prevedere tempo a sufficienza per una candidatura accurata e convincente.

La candidatura

Una candidatura è generalmente composta da tre parti: la lettera di candidatura, il curriculum vitae nonché i certificati e gli eventuali test d'idoneità sostenuti. Si inviano sempre copie, mai gli originali.

La candidatura deve essere adeguata alla professione scelta ed essere personalizzata. Alcune aziende formatrici desiderano una candidatura video. Molte aziende desiderano invece ricevere la candidatura tramite un portale per le candidature o via e-mail. I singoli file devono avere nomi univoci. È anche possibile inviare tutta la documentazione in un unico file PDF. Quest'ultimo inizia con la lettera di candidatura, seguita dal curriculum vitae; alla fine vengono inseriti gli allegati. Il nome del file può essere ad esempio «Candidatura nome cognome». Un elenco aiuta a tenere traccia delle candidature inviate.

La lettera di candidatura

La tua lettera di candidatura deve suscitare l'interesse dell'azienda e convincerla a invitarti a un colloquio di presentazione. In essa spieghi perché hai scelto proprio quella professione e quell'azienda. La propria motivazione deve emergere chiaramente. È importante formulare il testo in modo onesto. Le esagerazioni non sono utili. Per evitare errori ortografici, la lettera può ad esempio essere controllata dai detentori e dalle detentrici dell'autorità parentale, da un o un' insegnante o dall'orientamento professionale.

Il curriculum vitae

Il curriculum vitae contiene informazioni relative alla persona in forma di tabella. Tra queste rientrano tra l'altro i dati personali, le scuole frequentate, gli stage di orientamento svolti e gli hobby. Anche una buona foto ne fa parte. I nomi di fantasia non sono adatti per il proprio indirizzo e-mail. Non può inoltre mancare un numero di telefono corretto. Se si perde una chiamata, è bene richiamare il prima possibile.

Aumentare le possibilità di ottenere un posto di apprendistato

Ha senso candidarsi presso più aziende. In questo modo aumentano le possibilità di essere invitati/invitate a un colloquio di presentazione e si evita di perdere tempo. Nel caso di professioni molto richieste con pochi posti di apprendistato vale la pena inviare anche candidature per una professione alternativa.

ChatGPT e strumenti simili

L'intelligenza artificiale può essere d'aiuto nella stesura della candidatura. Per motivi di protezione dei dati non devono essere inseriti dati personali come nome o indirizzo.

Le proposte devono essere rielaborate in modo da adattarsi alla propria persona e alla propria situazione. È importante che la candidatura contenga le proprie informazioni e le proprie esperienze. Le aziende notano se una candidatura non è stata scritta autonomamente.

INFORMAZIONI E SUGGERIMENTI PER LA CANDIDATURA



IL COLLOQUIO DI PRESENTAZIONE

Chi viene invitato per un colloquio di presentazione ha convinto con la propria candidatura. Ora si tratta di presentarsi di persona. Una buona preparazione è fondamentale.

di Franziska Angehrn, specialista in informazione e documentazione,
Ufficio della formazione professionale

Ogni colloquio di presentazione è diverso. Ci sono però domande che vengono poste quasi sempre. Vi rientrano, ad esempio, i motivi della scelta della professione, la scelta dell'azienda nonché i propri punti di forza e punti deboli. Spesso vengono poste anche domande relative alle materie preferite a scuola, alle attitudini personali, all'organizzazione del tempo libero oppure alle esperienze raccolte durante gli stage di orientamento. Prima del colloquio è utile esercitare oralmente le risposte a queste domande. Così sarà più facile affrontare il colloquio con sicurezza e tranquillità. È inoltre opportuno consultare il sito web dell'azienda prima del colloquio. Vi si trovano informazioni importanti.

Fare una buona impressione

Oltre alla preparazione dei contenuti, anche il modo in cui ci si presenta svolge un ruolo importante. Un abbigliamento adeguato e l'arrivo puntuale contribuiscono a creare una buona prima impressione. Prima di entrare nell'edificio, il cellulare deve essere spento. È inoltre importante conoscere il nome della persona di contatto. Una stretta di mano al momento di salutarsi, il contatto visivo e un sorriso spontaneo aiutano a iniziare il colloquio con il piede giusto.

Al colloquio di presentazione è opportuno portare con sé il dossier di candidatura e del materiale per prendere appunti. Domande annotate relative all'azienda o alla formazione dimostrano una preparazione accurata.



È normale essere nervosi durante un colloquio di presentazione. Un atteggiamento positivo aiuta molto. Durante il colloquio, il contatto visivo mostra attenzione e ascolto attivo.

Può accadere che non si trovi subito una risposta a tutte le domande. In questi casi è meglio dirlo onestamente. È importante rimanere autentici, mostrare interesse e un atteggiamento positivo. Le esagerazioni vanno evitate. Un atteggiamento passivo o molto timido può invece dare l'impressione di disinteresse.

Dopo il colloquio

Al termine del colloquio devono essere chiarite eventuali questioni aperte. Occorre inoltre ringraziare per il colloquio. Se dopo due settimane o dopo il termine concordato non dovesse pervenire alcun riscontro, è possibile informarsi cortesemente per telefono o per e-mail sullo stato della candidatura. È importante conoscere il nome della persona che ha condotto il colloquio.

COLLOQUIO DI PRESENTAZIONE
Suggerimenti per il grande
giorno





TALENTO NELLA FORMAZIONE PROFESSIONALE DI BASE

Le carriere nello sport, nella musica o nell'arte possono essere intraprese parallelamente al percorso professionale. I giovani talenti beneficiano di una formazione di base orientata alla pratica e l'economia può contare su futuri professionisti qualificati.

di Corina Grünenfelder, servizio specializzato per la formazione professionale e i talenti, Ufficio della formazione professionale

ANDRI STEINMANN CICLISMO (MOUNTAIN BIKE)

Installatore elettricista AFC
ETAVIS Grossenbacher AG, Coira
Campione svizzero su strada
2025 U19



Apprezzo molto poter
combinare lo sport con
la mia formazione.

Il ciclismo richiede resistenza
e determinazione, capacità
che mi aiutano anche
nell'apprendistato.

GIANNA EICHHOLZER SCI DI FONDO

Droghiera AFC
Drogaria Stadler AG, Scuol
Campionessa grigionese U18



LASSE HEINZ HOCKEY SU GHIACCIO

Operatore di edifici e
infrastrutture AFC
Fondazione Kliniken Valens,
Rehaklinik Davos Clavadel
U21 HCD, nazionale U17



L'hockey su ghiaccio insegna
spirito di squadra e disciplina,
proprio come il mio
apprendistato.

JON NESA SCI DI FONDO

Selvicoltore AFC
Forestal Scuol, Sent 4° posto U18



Imparo molto sia nello sport
sia nella formazione e sono
felice di poter portare avanti
entrambi i percorsi.

GIANIN BRUHIN SCI ALPINO

Macellaio-salumiere AFC
Metzgerei Schmed AG,
Breil/Brigels

Medaglia di bronzo campionato
svizzero U18 di discesa



La flessibilità e la disponibilità del
mio maestro di tirocinio e della
scuola professionale mi permettono
di dare il meglio di me in entrambi
gli ambiti e di continuare a crescere.

Leistungssportfreundlicher Lehrbetrieb | **Approved**
by Swiss Olympic

**Offerta del servizio specializzato per la
formazione professionale e per i talenti**

Sostegno nella ricerca di un'azienda
formatrice idonea e/o consulenza a tutte le
parti coinvolte in merito alle possibilità per
conciliare la quotidianità della formazione
con gli allenamenti e le gare.



INDIVIDUALIZZAZIONE DURANTE LA TERZA CLASSE DEL GRADO SECONDARIO I: PIANIFICARE IN MODO MIRATO PER TRARNE BENEFICIO

Di cosa ho bisogno per la mia formazione professionale di base? Dove ho ancora delle lacune? Quali sono i miei punti di forza? Durante la 3^a classe del grado secondario I proprio queste domande sono al centro dell'attenzione. Con il «tempo a disposizione per l'individualizzazione», allievi e allieve orientano maggiormente il proprio apprendimento ai propri obiettivi personali. di Valerian Schaniel, insegnante del grado secondario I



ABBIAMO POTUTO COSTATARE CHE LA MATERIA INDIVIDUALIZZAZIONE RICHIEDE MOLTA MOTIVAZIONE E INIZIATIVA PERSONALE, PERCHÉ È POSSIBILE STABILIRE AUTONOMAMENTE IL PROPRIO CALENDARIO E I PROPRI OBIETTIVI.

Mica e Lina, 3^a classe del grado secondario I Maiefeld

Con il Piano di studio 21 GR, nel corso della 3^a classe del grado secondario I sono previste lezioni supplementari per il lavoro individuale: cinque lezioni settimanali per giovani grigionesi di lingua tedesca, quattro per giovani grigionesi di lingua romancia e italiana. Questo tempo è riservato specificamente allo sviluppo personale.

Si compone di due parti: da un lato, i e le giovani fissano priorità individuali nelle lingue obbligatorie e in matematica; dall'altro, elaborano un lavoro di approfondimento, ossia un progetto più ampio su un tema scelto da loro. Non si tratta di elaborare più contenuti scolastici, bensì di imparare in modo più mirato: le lacune vengono colmate e i punti di forza ulteriormente sviluppati.

La base viene posta già nel corso della 2^a classe del grado secondario I. Nel quadro dell'orientamento professionale viene svolta un'analisi della situazione. Insieme all'insegnante vengono discussi le prestazioni scolastiche, gli interessi e gli obiettivi professionali. Vengono presi in considerazione anche i requisiti della soluzione successiva desiderata, ad esempio una formazione professionale di base (apprendistato) o una scuola di cultura generale (scuola media superiore). Le priorità concordate per la 3^a classe del grado secondario I vengono stabilite e confermate dai genitori. In questo modo si crea un piano chiaro per l'ultimo anno scolastico.

Nel corso della 3^a classe del grado secondario I i e le giovani assumono sempre più responsabilità per il proprio apprendimento. Si pongono obiettivi, pianificano il proprio lavoro e verificano regolarmente i propri progressi. Questo rafforza l'autonomia, la perseveranza e la fiducia in sé stessi. Chi fa l'esperienza di pensare: «Sono in grado di migliorare» oppure «Sono in grado di svolgere compiti impegnativi», sviluppa autoefficacia, una base importante per la formazione e la professione. Il tempo a disposizione permette quindi entrambe le cose: ridurre

re i punti deboli e approfondire i punti di forza. Al contempo i e le giovani sviluppano disciplina e responsabilità individuale. L'insegnante li e le accompagna in veste di coach di apprendimento.

Cinque anni dopo la sua introduzione, la strategia è stata verificata dall'Ispettorato scolastico dell'Ufficio per la scuola popolare e lo sport (USPS). Sono state visitate tutte le 55 scuole del grado secondario I del Cantone. Sono stati intervistati insegnanti, oltre 1000 allievi e allieve, direzioni scolastiche nonché formatori e formatrici professionali. Esito: il lavoro di approfondimento offre un chiaro valore aggiunto. Per quanto riguarda la definizione delle priorità individuali sussiste ancora un potenziale di sviluppo; a tale scopo sono state elaborate raccomandazioni concrete.

Nel complesso, l'individualizzazione rende la 3^a classe del grado secondario I un anno di transizione consapevole: meno «tutti alla stessa maniera» e più «io come individuo». In questo modo, il passaggio alla formazione professionale di base o a una scuola superiore avviene in modo mirato e ben preparato.

**GARANZIA DELLA QUALITÀ
DELLE SCUOLE PUBBLICHE**
Per ulteriori informazioni





Wir HABEN DIE LEHRSTELLE FÜR DICH

- Kaufmann/frau EFZ
- Logistiker/in EFZ



ECKOLD AG Rheinstrasse 8 CH-7203 Trimmis +41 81 354 12 00 www.eckold.ch



Wir bilden aus!!

Baumaschinenmechaniker EFZ (M/W/D)
Kaufmann/Kauffrau EFZ (M/W/D)
Maurer EFZ (M/W/D)
Strassenbauer EFZ (M/W/D)



Finde deine Lehrstelle!!



Unter Strom für die Region

Lehrstellen

elektro banzer
thusis/splügen

Telefon 081 632 10 10
www.elektrobanzer.ch

tuffli partner
Ingenieure und Berater

Tuffli & Partner AG
Lars Hänni
Gäuggelistrasse 20, 7000 Chur
Tel. 081 258 40 14
lars.haenni@tuffli-partner.ch

Offene Lehrstelle

Per August 2027 wird eine Lehrstelle als Zeichner/in EFZ Fachrichtung Ingenieurbau frei. Willst du den Beruf näher kennenlernen? Wir bieten dir eine Schnupperlehre an.

www.tuffli-partner.ch

HEY DU!

Schon einen Plan für 2027?

Wir hätten da vier Ideen.

- FaGe EFZ**
Fachfrau / Fachmann Gesundheit EFZ
- AGS EBA**
Assistent/in Gesundheit und Soziales EBA
- Küche**
Kreativität. Genuss. Teamwork.
- Hotellerie**
Gastfreundschaft. Organisation. Abwechslung.

HAUS VIADI
Unser Daheim für Alter und Pflege im Domleschg

Komm schnuppern und finde heraus, was zu dir passt.

LEHRSTELLEN 2027

HAUS VIADI – vielfältig wie du.

Mehr Infos unter: www.haus-viadi.ch/ausbildung

Echt. Menschlich. Sinnvoll.
 Mit Herz und Respekt.
 Lernen. Wachsen. Zukunft.



PREPARAZIONE AL PERCORSO DOPO IL GRADO SECONDARIO I

Un cambiamento importante ed entusiasmante è alle porte. Una preparazione tempestiva facilita il passaggio alla formazione professionale di base (apprendistato) o a una scuola di cultura generale (scuola media superiore).

di Corina Denuder, orientatrice professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale



Gli ultimi mesi di scuola dell'obbligo

Un grande passo è stato compiuto: il contratto di tirocinio è firmato oppure l'esame d'ammissione alla scuola media superiore è superato. E adesso? Dopo questo intenso periodo di scelta professionale, prendersi una pausa sarebbe sicuramente molto allettante. Tuttavia, poiché è alle porte un grande cambiamento, negli ultimi mesi di scuola dell'obbligo vale la pena continuare a impegnarsi. L'apprendimento scolastico prosegue infatti anche dopo il passaggio. La materia scolastica «individualizzazione» offre, tra l'altro, una buona possibilità per prepararsi in modo mirato al percorso che si è scelto. Anche al di fuori dell'orario scolastico è sensato confrontarsi già con il prossimo passo. Una buona preparazione agevola infatti il passaggio alla formazione professionale di base o a una scuola di cultura generale.

Come posso prepararmi al di fuori della scuola?

Il passaggio dalla scuola dell'obbligo alla formazione professionale di base è una sfida e comporta alcuni cambiamenti. Durante la formazione professionale di base, la formazione si svolge in tre luoghi di apprendimento diversi: nell'azienda formatrice, nella scuola professionale

e nei corsi interaziendali. Anche il passaggio a una scuola di cultura generale comporta un cambiamento di sede. Per essere preparati al meglio, è utile pianificare per tempo il tragitto verso le diverse sedi. Quale collegamento in autobus o in treno permette di arrivare puntuali nel posto giusto? È necessario un nuovo abbonamento? Oltre al tragitto, anche l'attrezzatura fa parte della preparazione. È previsto un determinato abbigliamento da lavoro? Viene fornito dall'azienda oppure bisogna procurarselo personalmente? Quali materiali scolastici sono necessari? Vale la pena affrontare per tempo tutte queste domande. Quando tutto è chiarito e pronto, ci si può concentrare sull'entusiasmante nuovo inizio.

Altri suggerimenti per
prepararsi



INFORMAZIONI RELATIVE AL MONDO DEL LAVORO

Orientarsi nel mondo del lavoro è un passo importante nella scelta professionale. Significa informarsi sulle diverse offerte e sulle varie professioni.

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

CENTRI D'ORIENTAMENTO PROFESSIONALE (COP)

Nei centri regionali di orientamento professionale è disponibile materiale informativo relativo ai percorsi formativi e alle formazioni professionali di base. Questo materiale può essere preso in prestito. Grazie a fotografie, descrizioni delle professioni e ritratti di professionisti e professioniste, offre una prima impressione delle diverse professioni. È inoltre disponibile della documentazione informativa. Questi ultimi forniscono informazioni concise e comprensibili sulla scelta professionale e scolastica e aiutano a ottenere una visione d'insieme del sistema formativo e delle offerte esistenti nel Cantone dei Grigioni.

ORIENTAMENTO.CH

«orientamento.ch» è il portale d'informazione svizzero ufficiale dell'orientamento professionale, negli studi e nella carriera. Questo sito web presenta le attività principali e i requisiti di tutte le formazioni professionali di base. Per farsi un'idea realistica delle diverse professioni, su «orientamento.ch» sono disponibili numerosi brevi video. Questi video presentano apprendisti e apprendiste che descrivono la loro quotidianità professionale e spiegano perché hanno scelto una determinata formazione professionale di base (apprendistato).

EVENTI RELATIVI ALLA SCELTA PROFESSIONALE

L'orientamento professionale organizza eventi per le classi scolastiche. I e le giovani imparano a conoscere il sistema formativo e ricevono informazioni sui passi della scelta professionale. Sono previsti anche eventi relativi alla scelta professionale destinati ai detentori e detentrici dell'autorità parentale nonché incontri informativi comuni per i e le giovani e i detentori e detentrici dell'autorità parentale.

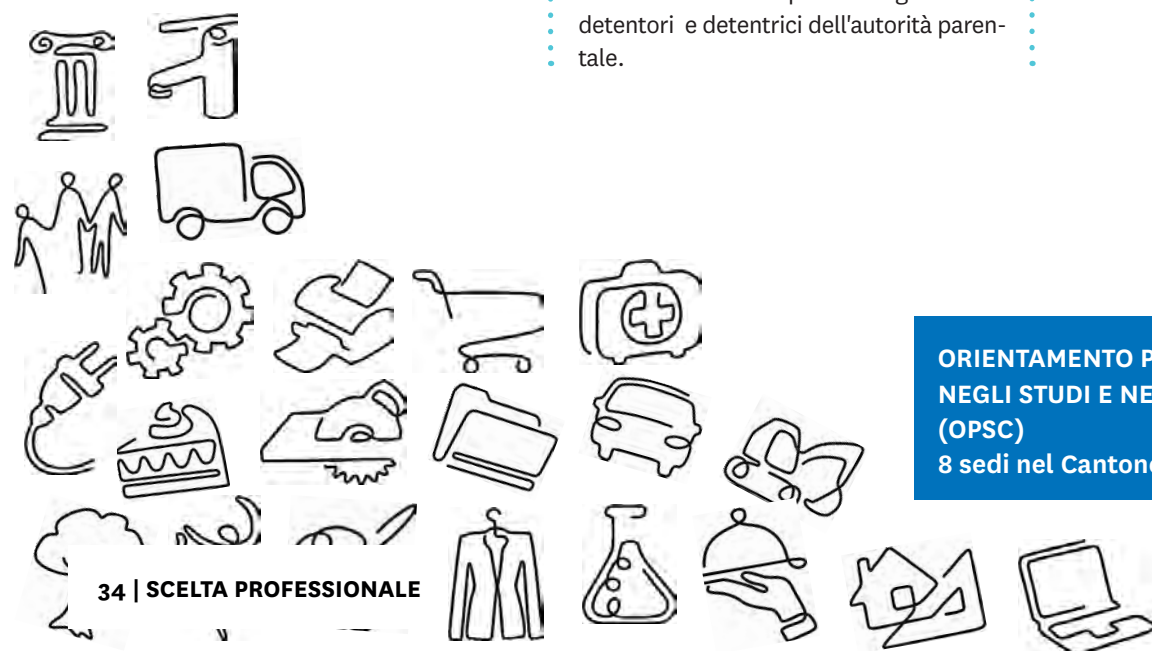
CONOSCENTI E PARENTI

Parenti e conoscenti possono aiutare a conoscere meglio il mondo del lavoro. Quali professioni svolgono? Quali sono i loro compiti? Cosa piace loro della loro professione? Che cosa piace loro di meno e perché?

EVENTI INFORMATIVI E FIERE PROFESSIONALI

Eventi informativi organizzati da associazioni professionali o da imprese aiutano a conoscere singole formazioni professionali di base. Inoltre offrono la possibilità di porre domande e di ottenere una prima impressione della relativa azienda formatrice. In occasione di fiere professionali le persone interessate possono informarsi sulle diverse professioni e sui diversi percorsi formativi. Inoltre possono provare alcune attività e vivere da vicino le professioni.

**ORIENTAMENTO PROFESSIONALE,
NEGLI STUDI E NELLA CARRIERA
(OPSC)
8 sedi nel Cantone**





CONSULENZA E ACCOMPAGNAMENTO NELLA SCELTA PROFESSIONALE

L'orientamento professionale, negli studi e nella carriera sostiene e accompagna giovani e adulti nella scelta professionale, nella scelta degli studi e nell'organizzazione della carriera.

di **Petra Wyss**, responsabile della sezione orientamento professionale, negli studi e nella carriera, Ufficio della formazione professionale

L'orientamento professionale, negli studi e nella carriera accompagna giovani e adulti nella scelta professionale e degli studi o nell'organizzazione della carriera. Durante la consulenza si discutono la situazione attuale, gli interessi, le capacità e il potenziale. Oltre ai colloqui, se necessario vengono svolti test relativi agli interessi o alla personalità. La consulenza è personale, indipendente e viene proposta presso le otto sedi nel Cantone. Per le persone domiciliate nei Grigioni la consulenza è gratuita.

Orientamento professionale

L'orientamento professionale è destinato ad allievi e allieve del grado secondario I e delle formazioni transitorie. Offre sostegno e accompagnamento nella scelta professionale. Insieme ai e alle giovani, l'orientamento professionale cerca professioni adatte o possibilità scolastiche adeguate.

Orientamento negli studi

L'orientamento negli studi è rivolto ad allievi e allieve dei licei, delle scuole medie di commercio, delle scuole medie di informatica e delle scuole medie specializzate. Offre sostegno e accompagnamento nella scelta degli studi. Insieme ad allievi e allieve, l'orientamento negli studi cerca cicli di studio o possibilità professionali adeguati.

Orientamento nella carriera

Nell'orientamento nella carriera viene offerta consulenza agli adulti durante o dopo le seguenti formazioni:

- ◊ formazione professionale di base;
- ◊ maturità professionale;
- ◊ esame professionale, esame professionale superiore o scuola specializzata superiore;
- ◊ studi presso una scuola universitaria professionale o un'alta scuola pedagogica.

L'orientamento nella carriera cerca insieme alle persone interessate settori di lavoro o perfezionamenti professionali adatti.

Orientamento negli studi e nella carriera

L'orientamento negli studi e nella carriera si rivolge agli adulti durante o dopo le seguenti formazioni:

- ◊ maturità liceale o passerella;
- ◊ studi presso università o politecnici federali.

L'orientamento negli studi e nella carriera cerca insieme alle persone interessate settori di lavoro o perfezionamenti professionali adatti.

Consulenza relativa all'attestato professionale per adulti

Durante il colloquio, gli adulti che non dispongono di un attestato professionale ricevono informazioni sulle possibilità e sui requisiti per conseguirne uno.

Case management formazione professionale

Il case management formazione professionale (CMFP) accompagna giovani e giovani adulti tra i 14 e i 25 anni che presentano diverse difficoltà. Alcuni non trovano una soluzione successiva al grado secondario I o alla formazione transitoria. Altri hanno interrotto una formazione professionale di base o una formazione transitoria. Il CMFP coordina la collaborazione tra tutte le persone coinvolte. L'obiettivo è concludere una formazione professionale di base (apprendistato).

ANNUNCIATI PER UNA CONSULENZA!





**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

carrosserie suisse

SPITEX UND ICH

**Blättere
nicht weiter –
bewirb dich.**

*Move
dein
Leben!*



spitexundich.ch



Überall für alle

SPITEX
Graubünden

