



I NOSTRI SUGGERIMENTI E LE VOSTRE FAQ



Curriculum Vitae Europass

Pur utilizzando la traccia del curriculum vitae Europass e le relative istruzioni per l'uso che potete scaricare direttamente dal sito: <https://europa.eu/europass/it> nulla vieta di utilizzare uno stile personale con una grafica particolare o una diversa impaginazione.

Informazioni personali

Il C.V. deve essere **breve**, quello che **deve emergere** è il **vostro profilo**: alcune voci facoltative (numero di fax, cittadinanza o sesso) si può anche pensare di eliminarle.

1. E' proprio necessario inserire la foto?

Non è indispensabile, però una foto a colori di un viso sorridente aiuta chi riceve o rilegge il vostro C.V. a ricordarsi di voi attraverso un "aggancio" visivo. Per le candidature all'estero, specialmente nei paesi anglosassoni, non è usanza inserirla.

2. Quale indirizzo devo inserire, la residenza oppure il domicilio?

Se residenza e domicilio sono nella stessa città o paese basta indicare quello che ritenete più utile e comodo per voi.

Se invece il vostro domicilio può agevolarvi nella ricerca del lavoro è bene indicarlo (se cercate lavoro a Milano e avete la residenza a Potenza, è fondamentale far sapere ad un possibile datore di lavoro che siete domiciliati a Pavia).

3. Ho più di un indirizzo di posta elettronica, quale devo indicare?

Conviene indicare l'indirizzo e-mail che consultate quotidianamente e con una dicitura "seria". Tra "mario.rossi@libero.it" e "micio83@libero.it", è opportuno indicare il primo.

Occupazione desiderata/Settore professionale

Questa **voce** è riportata come **facoltativa** in quanto nel candidarsi per una posizione precisa o un settore specifico si rischia di precludersene altre, magari altrettanto interessanti.

Esperienza professionale

4. Ho fatto uno stage di 6 mesi presso un'azienda ma senza rimborso. Dove devo inserire questa informazione?

Lo stage, così come il tirocinio, è da considerarsi un'attività lavorativa e va inserita come esperienza professionale, specificando alla voce "posizione ricoperta", oltre al ruolo, che si tratta di uno stage/tirocinio.

5. Durante gli studi ho fatto lavori estivi e periodi di lavoro part-time non attinenti ai miei studi, devo comunque inserirli?

Sì. Anche se le attività svolte non sono attinenti alla posizione per cui ci si candida, il fatto di aver lavorato durante gli studi può essere utile. Ciò significa che avete già fatto esperienza nel mondo del lavoro, che siete propensi all'indipendenza economica e che siete in grado di conciliare attività e responsabilità importanti come, appunto, lavoro e studio. Omettiamo invece esperienze eccessivamente spot/sporadiche.

Istruzione e formazione**6. Nell'elenco delle attività formative devo inserire proprio tutti i certificati e gli attestati?**

Se l'elenco è lungo è meglio privilegiare le qualifiche più spendibili e/o legate alla vostra candidatura. Per quanto riguarda il corso di studi riportate il vostro percorso dalle scuole superiori in poi (il diploma di scuola media non va segnalato), in ordine cronologico dalla più alla meno recente.

7. Quanto devono essere dettagliate le informazioni sulla mia Laurea?

Se si è laureati da poco è opportuno indicare il titolo della tesi e le materie di indirizzo del Corso di Laurea seguito (esempio: non diamo per scontato che chi riceve il C.V. sappia con precisione cosa si studia nel Corso di Laurea in Scienze sociali per la cooperazione e lo sviluppo o in Biotecnologie industriali).

8. Ma è proprio necessario segnalare il voto di Laurea?

Sì, sempre. Preparatevi ad argomentare con chiarezza e buon senso un voto non particolarmente alto. Non bisogna giustificarsi ma dimostrare di essere consapevoli delle ragioni per cui il vostro percorso formativo non è risultato particolarmente brillante sia in riferimento alla votazione finale che alla durata degli studi. Si può invece omettere il voto di maturità nel caso in cui non sia molto alto.

9. Ho fatto un'esperienza all'estero con Erasmus, come la posso inserire?

Il programma Erasmus è da considerarsi un periodo di studio universitario e va segnalato tra le esperienze di istruzione e formazione. Specificare la durata, l'Università presso la quali si è stati ospitati, i corsi seguiti e gli eventuali esami sostenuti. Vale la pena inoltre fare riferimento a questa esperienza all'estero alla voce "capacità e competenze sociali e/o organizzative" oppure eventualmente nell'area delle competenze linguistiche, soprattutto se non si possiedono certificazioni, per avvalorare il livello di conoscenza di una lingua dichiarato nell'autovalutazione

Capacità e competenze personali

Per quanto riguarda la conoscenza delle lingue, **utilizzate la griglia per l'autovalutazione** che trovate nel C.V. Europass.

Per non appesantire il C.V. è preferibile non allegare la griglia relativa alle istruzioni per la compilazione.

La raccomandazione è di **valorizzare senza però gonfiare le competenze** linguistiche che potrebbero essere verificate già in sede di primo colloquio.

Livello europeo (*)
Lingua
Lingua

Comprensione		Parlato		Scritto	
Ascolto	Letture	Interazione orale	Produzione orale		

(*) Quadro comune europeo di riferimento per le lingue

Capacità e competenze sociali

Le capacità e competenze sociali, organizzative e artistiche sono voci che danno l'opportunità di "dire qualcosa di voi", di **valorizzare i punti di forza e di accennare alla vostra personalità e professionalità**.

Esse **sono** anche definite "**competenze trasversali**", operanti in situazioni diverse e perciò spendibili in diversi in diversi contesti e per più ambiti professionali.

Tali competenze possono risultare **fondamentali per i soggetti privi di esperienze professionali significative** proprio perché fanno riferimento a quelle capacità che sicuramente avete acquisito nel corso della vostra vita privata e scolastica.

Essendo questa la parte del curriculum più personale, **farvi degli esempi porterebbe ad una omologazione al posto di una personalizzazione**.

Capacità e competenze Organizzative

<p>Capacità e competenze tecniche</p>	<p>10. Ma cosa si intende per capacità e competenze sociali? Io non ho nessun attestato che me le certifica. Si intende fare riferimento alle capacità anche dette “relazionali” che informano sull’attitudine individuale ai rapporti interpersonali. Se siete stati rappresentanti di classe o di istituto durante il Liceo, nessuno vi chiedere l’autocertificazione; basterà che siate precisi nell’indicare il nome dell’Istituto scolastico e gli anni in cui avete ricoperto quel ruolo.</p>
<p>Capacità e competenze informatiche</p>	<p>11. Sono volontario della Croce Rossa e quest’estate sono stato in Bosnia a prestare servizio per un mese. Devo inserirlo nel mio curriculum? Certo. Quest’esperienza è molto significativa ed evidenzia la vostra capacità di saper entrare in relazione e in comunicazione con altre persone, culture o religioni. Tale informazione può essere inserita alla voce “competenze sociali e organizzative”, ricordando che è importante specificare le mansioni che avete svolto, il luogo e il periodo.</p>
<p>Capacità e competenze artistiche</p>	<p>12. Ho un brevetto di subacqueo ma in realtà vorrei candidarmi come ingegnere dei servizi, devo inserire questa informazione nel C.V.? Non bisogna censurare informazioni interessanti, anche se sembrano poco pertinenti. In questo caso il brevetto va segnalato alla voce “altre capacità e competenze” ed è importante indicare l’anno di conseguimento ed altri dettagli.</p>
<p>Altre capacità e competenze</p> <p>Patente</p>	<p>13. Ho fatto pattinaggio per 10 anni e sono stata anche nella squadra nazionale partecipando al campionato. Vale la pena inserire questa informazione sul C.V. ? Sicuramente questa è un’informazione da inserire e può essere un indicatore della vostra capacità di lavorare in gruppo per il raggiungimento degli obiettivi, di mantenere nel tempo gli impegni presi e di riuscire a conciliare un’attività agonistica con l’impegno scolastico.</p>
<p>Ulteriori informazioni Allegati</p>	<p>Allegati e certificazioni vanno inseriti solo se esplicitamente richiesti nell’offerta di riferimento.</p>
<p>Autorizzo il trattamento dei miei dati personali presenti nel cv ai sensi del Decreto Legislativo 30 giugno 2003, n. 196 “Codice in materia di protezione dei dati personali” e del GDPR (Regolamento UE 2016/679).</p>	
<p>Data e Firma</p>	<p>Inserire la data può servire a chi riceve il vostro C.V. e magari lo “riprende in mano” successivamente. Vi ricordiamo infine che la firma, l’autorizzazione al trattamento dei dati personali e la dichiarazione di veridicità dei dati sono obbligatori.</p>

... E DOPO IL C.V. ... LA LETTERA DI PRESENTAZIONE

Se in risposta ad un’inserzione di stage/lavoro è sufficiente indicare i riferimenti dell’offerta, nel caso di candidatura spontanea il curriculum va accompagnato da una lettera di presentazione (autocandidatura). Lo scopo della lettera di autocandidatura è quello di **convincere chi la legge che voi avete scelto proprio quell’azienda**, organizzazione, agenzia, tra le tante a cui avreste potuto mandare il vostro C.V. Dovete dunque sinteticamente **spiegare le ragioni per cui vi rivolgete a loro mettendo in evidenza i possibili punti di incontro tra esigenze dell’azienda e le vostre**, e quindi la reciproca convenienza. Nel descriversi è opportuno accennare a quelle parti del vostro C.V. che sono in più stretta relazione a quella specifica candidatura, cercando di incuriosire e interessare il destinatario.