

COM BUSCAR TREBALL DE MANERA EFECTIVA



INSCRIPCIÓ EN EL TEU ESPAI LABORA . Com a aturat és el primer pas que has de donar ja que no sols t'ajudaren en la cerca d'ocupació, també tindràs accés a les ofertes de treball de GVAJOBS i accés a les diferents accions formatives que es promouen des de *Labora (*FPO, Tallers d'ocupació, certificats de professionalitat i t'ensenyaran com afrontar la cerca d'ocupació amb garanties.

Aprofita que acudeixes al ESPAI LABORA per a informar-te i sol·licitar, en el seu cas, en el SEPE, aquelles prestacions a les quals tingues dret. Recorda que tens 15 dies des que finalitzes la teua relació laboral per a sol·licitar la prestació per desocupació.

ELABORA EL TEU CURRÍCULUM. El currículum és la eina bàsica per a aconseguir una entrevista de treball que et permeta reincorporar-te al mercat laboral, pel que hem d'elaborar-ho i adaptar-ho, tenint en compte les circumstàncies i demandes del canviant mercat laboral

Des de l'ADL podem ajudar-te a confeccionar aquell model que més s'ajuste a la teua trajectòria i et donarem consells que t'ajudaren a aconseguir l'objectiu final que és la inserció laboral

MOBILITZA LA TEUA XARXA DE CONTACTES. Si ja tens actualitzat el teu CV, fes-li arribar als teus amics i familiars, que sàpien que estàs buscant ocupació. Ells poden ampliar les possibilitats de detectar una oferta que s'ajuste a les teues característiques. A través de la teua xarxa de contactes podràs accedir a les ofertes que no apareixen publicades (Mercat ocult).

MILLORANT EL CURRÍCULUM. Trobar treball poden costar-nos un temps ja que no sols depèn de nosaltres i dels nostres esforços pel que és molt important que aprofitem aqueix temps per a ampliar i millorar el nostre CV a través de la formació (reglada, FPE, carnets professionals, idiomes) que complementen la nostra experiència professional prèvia o que ens permeta reorientar la nostra vida laboral. Des de l'ADL t'informarem de les diferents possibilitats formatives que tens al teu abast.

AGENDA DE CERCA D'OCUPACIO. La motivació és bàsica per a afrontar amb garanties la cerca d'ocupació durant el temps que estiguem aturats. Una vegada tingues clar el teu perfil professional, elabora un llistat d'empreses per a remetre'ls el teu currículum. Organitza les teues visites per dies, ciutats o polígons, dedica unes hores al dia i registra les dades en una agenda. No oblides que buscar ocupació és un treball, dedica-li unes hores al dia, però després oblida que estàs desocupat i recarrega les piles.

ON ENVIAR EL TEU CURRÍCULUM. El principal objectiu del currículum és proporcionar-nos entrevistes de treball. L'ideal és entregar-ho en mà als responsables de cadascuna de les empreses a la qual ens dirigim, però això, hui és molt difícil. Podem enviar el CV a les empreses que pensem que poden necessitar el nostre perfil professional, avançant-nos a una possible oferta de treball o podem respondre a una oferta de treball que normalment apareixen en els diferents portals d'ocupació.