

Come costruire un CV vincente

Laura Robustini
EURES Adviser

04 Marzo 2014



Azienda speciale della



Provincia
di Milano

Come rendo il mio cv visibile?

Entra nel sito EURES: <http://ec.europa.eu/eures/>

- Ricerca passiva: è' possibile inserire il proprio CV *on-line* sul sito
- Ricerca attiva: puoi consultare le offerte di lavoro sul web per inoltrare autonomamente la propria candidatura come indicato (azienda o Servizio EURES di competenza)

Cercare il lavoro: ricerca passiva



MILANO

The screenshot shows the EURES website interface. At the top, there is a navigation bar with the EURES logo and the text 'The European Job Mobility Portal'. Below this, there are several menu items: 'Jobseekers', 'Employers', 'Living & Working', 'Skills & Careers', and 'About us'. A search bar is also present. The main content area is titled 'Create jobseeker account' and includes a registration form with fields for 'Username', 'Password', 'Retype password', 'First name', 'Last name', 'Gender', and 'Date of birth'. There is also a 'Did you know?' section with an image of a woman and a 'Save the searches you make!' section with an image of a man. The browser's address bar shows the URL 'https://ec.europa.eu/eures/eures-apps/um/page/registration/new-jobseeker?lang=en'. The Windows taskbar at the bottom shows the date and time as 10:06 on 14/11/2014.



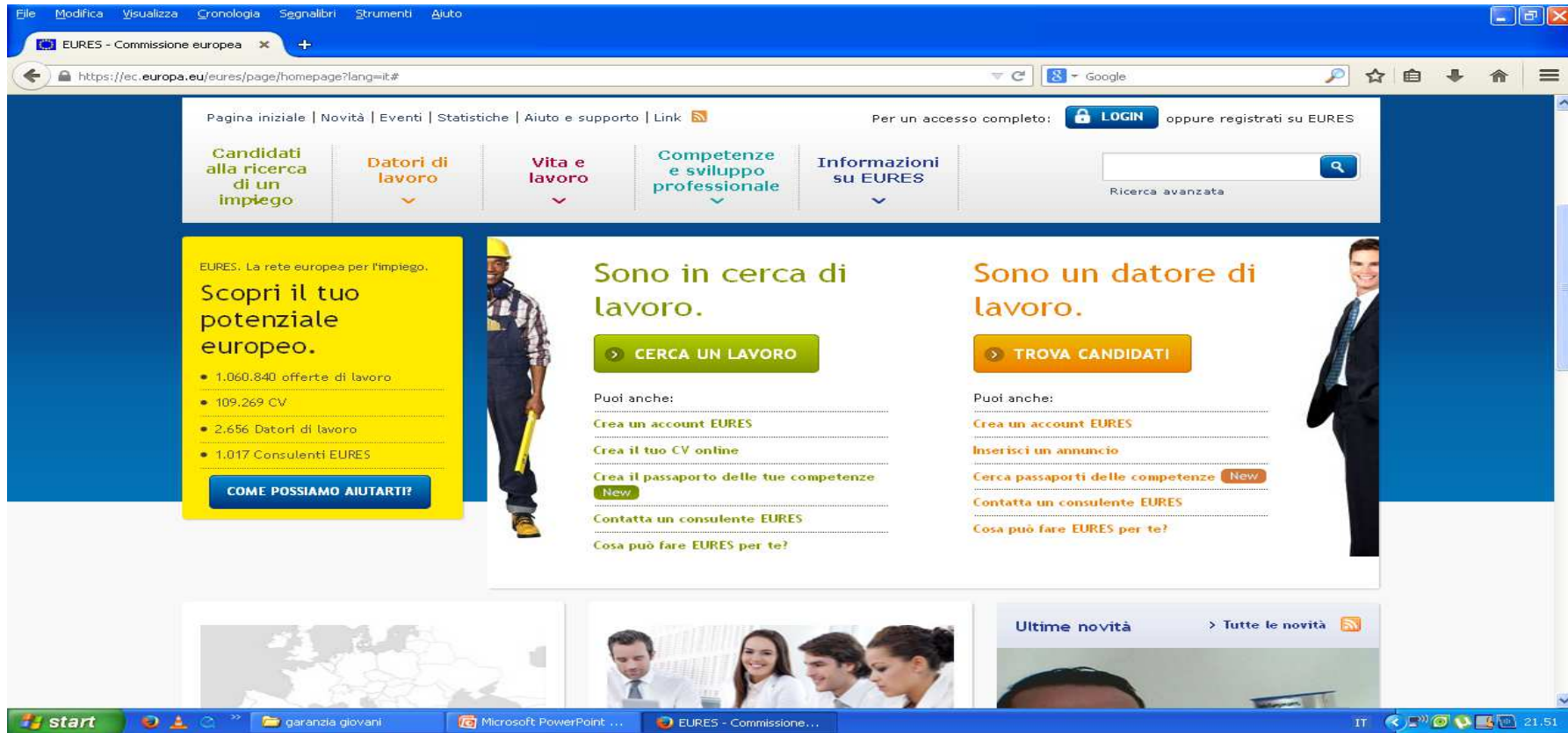
Laura Robustini – EURES Adviser

Azienda speciale della



Provincia di Milano

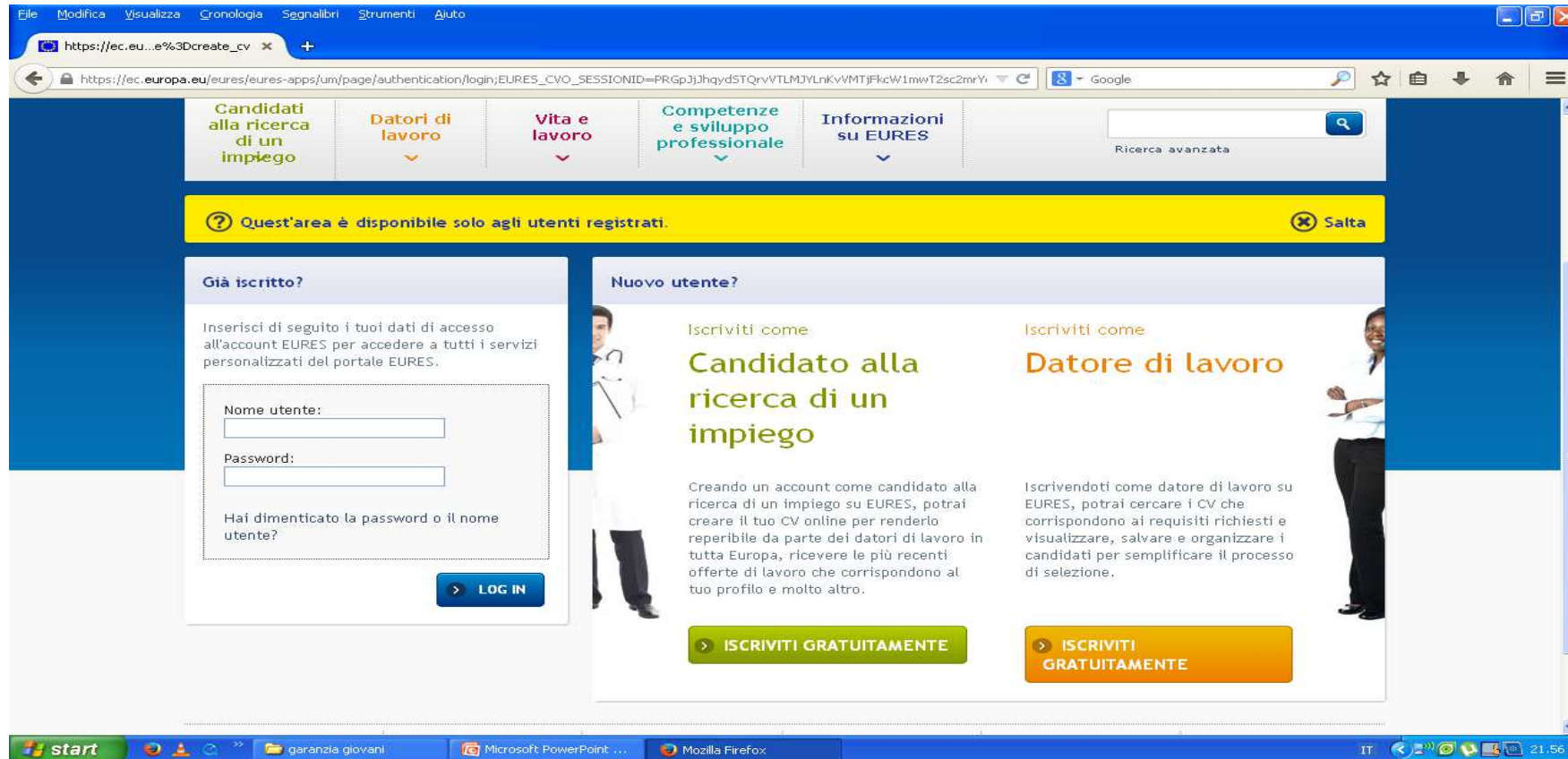
EURES: il portale web



Laura Robustini – EURES Adviser



Cercare il lavoro: ricerca passiva



The screenshot shows the EURES website interface. At the top, there is a navigation bar with menu items: "Candidati alla ricerca di un impiego", "Datori di lavoro", "Vita e lavoro", "Competenze e sviluppo professionale", and "Informazioni su EURES". A search bar is located on the right side of the navigation bar. Below the navigation bar, a yellow banner states: "Quest'area è disponibile solo agli utenti registrati." with a "Salta" button. The main content area is divided into two sections: "Già iscritto?" and "Nuovo utente?". The "Già iscritto?" section contains a login form with fields for "Nome utente:" and "Password:", a "Hai dimenticato la password o il nome utente?" link, and a "LOG IN" button. The "Nuovo utente?" section offers two registration options: "Candidato alla ricerca di un impiego" (with a green "ISCRIVITI GRATUITAMENTE" button) and "Datore di lavoro" (with an orange "ISCRIVITI GRATUITAMENTE" button). The bottom of the screenshot shows the Windows taskbar with the "start" button, several open applications (garanzia giovani, Microsoft PowerPoint, Mozilla Firefox), and the system tray showing the time as 21:56.

CV

Scopo



- Attraverso il cv devi: vendere te stesso e la tua professionalità.
- Il cv deve far capire al selezionatore il tuo percorso lavorativo e di studi A GRANDI LINEE. Non esagerare con i dettagli!
- Lo scopo del CV è ottenere la possibilità di un colloquio.
- Ricordati di allegare sempre la cover letter al tuo cv e specificare per QUALE offerta ti stai candidando.

CV Regole

- **Layout:** chiaro, ordinato e compatto. Utilizzate caratteri leggibili, usate elenchi puntati e grassetto e/o corsivo per evidenziare le parti più interessanti.
- **Stile:** frasi corte, forma verbale attiva, obiettivi specifici.
- **Lunghezza del cv:** una pagina, una pagina e mezzo
- **Omettere:** fotografia, data di nascita, stato civile.

Ricordate che il selezionatore ha in media 7 secondi per leggere il cv e prendere una decisione: cercate di rendere il suo lavoro il più facile possibile!

CV

Esperienza di lavoro



- Ordine cronologico (Dal più recente al più vecchio).
- Mettere le esperienze legate al settore in cui si vuole lavorare (es. Stage in/Assistente di..)
- Potete fare una sezione a parte per i lavoretti estivi svolti o le mansioni non in linea con la posizione per cui vi state candidando (es. babysitter, ripetizioni, etc) sotto la voce “Altre esperienze di lavoro”.
- Descrizione per punti delle mansioni svolte.
- Attenzione ai nomi delle aziende Italiane! Mettere breve descrizione servizi offerti.
- Tradurre tutto

CV

Educazione



- Per tradurre e verificare l'equipollenza del tuo titolo di studio puoi rivolgerti a: <http://enic-naric.net/>
- Fare una sezione separata per i seminari e/o corsi particolari seguiti.
- Se avete un portfolio allegatelo al cv e segnalate l'allegato in fondo al cv prima delle referenze.
- Mettere il voto ottenuto solo se notevole!
- Tesi: inserirla (con titolo tradotto) solo se attinente alla posizione lavorativa per cui ci si sta candidando
- Scuola superiore: solo se necessario (es. scuola con bilinguismo, PNI...)



Laura Robustini – EURES Adviser



CV

Competenze linguistiche

- Se possibile CERTIFICARE le competenze linguistiche (IELTS, TOEFL, DALF/DELF, GOETHE, DELE)
- Se non avete la certificazione giustificate il livello di lingua raggiunto (es. francese B2 Soggiorno di 4 mesi a Parigi)
- Attenzione a non mettere un unico livello per scritto e orale se non sono uguali: dovrete sostenere un colloquio in lingua!

IELTS Course



- Grazie alla sua elevata affidabilità, riconosciuta globalmente, il test è sostenuto da oltre un milione e mezzo di candidati ogni anno, con un trend crescente, risultando il più diffuso al mondo. Il risultato finale è un indicatore estremamente affidabile dell'abilità del candidato a comunicare in lingua inglese in situazioni di vita reale.
- Come si evince dalla tabella, ad ogni livello del CEFR corrisponde un *range* di risultati IELTS.

Livelli CEFR	A1	A2	B1	B2	C1	C2
IELTS	(2.5-3.0)	3.5-4.0	4.5-5.0	5.5-6.5	7.0-7.5	8.0-9.0
CESOL	-	KET	PET	FCE	CAE	PE



Laura Robustini – EURES Adviser



Competenze linguistiche

Link per verificare le proprie conoscenze



- Test Inglese
- <http://www.ipassielts.com/main/test> o <http://www.esl.it/it/viaggio-studio/test-online/test-inglese/index.htm>
- Test tedesco
- <http://www.esl.ch/it/soggiorno-linguistico/tests-online/test-di-tedesco/index.htm>
- Test di spagnolo
- <http://www.esl.ch/it/soggiorno-linguistico/tests-online/test-di-spagnolo/index.htm>
- Test di francese
- <http://www.esl.it/it/viaggio-studio/test-online/test-francese/index.htm>

CV

Competenze Informatiche



- Non scrivete pacchetto office se non sapete usare anche Access.
- E' importante avere la certificazione ECDL o simili.
- Navigazione in internet/facilità di ricerca
- Capacità nell'uso dei social network. (Per scopi lavorativi!)



Laura Robustini – EURES Adviser



CV Competenze trasversali

Cosa scrivo?



- Fare un bilancio di competenze:
- http://www.galaxiesproject.eu/FAD_GALAXY/IT/corso_formazione/Scheda_BdC_1.pdf
- Quali soft skills posso dire di aver acquisito durante la mia esperienza di vita?
- In quale situazione lavorativa ho utilizzato queste competenze?
- Quali sono i miei punti di forza? Quali quelli di debolezza?

Soft skills



Le **competenze trasversali o soft skills** sono al centro dell'attenzione e del dibattito sulla formazione professionale e l'organizzazione aziendale.

Si tratta di **abilità** o qualità dette *soft* poiché intangibili, proprie della sfera personale e delle caratteristiche individuali del singolo e sono intimamente collegate alla pratica del lavoro quotidiano a qualsivoglia livello o profilo, talvolta persino in grado di condizionarne in una certa misura gli standard di prestazione.

Soft skills: cosa sono esattamente?

Capacità cognitive

- Analisi
- Sintesi
- Soluzione dei problemi
- Flessibilità
- Creatività

Capacità gestionali

- Programmazione
- Organizzazione
- Controllo
- Decisione
- Orientamento ai risultati
- Orientamento al cliente

Capacità emozionali

- Stabilità emotiva
- Gestione dei conflitti

Soft skills: cosa sono esattamente?



Capacità relazionali

- Efficacia interpersonale
- Gestione dei gruppi e delle riunioni
- Parlare in pubblico
- Persuasione
- Negoziazione
- Gestione delle risorse umane
- Leadership



Laura Robustini – EURES Adviser



Come acquisire competenze trasversali?



- Le competenze trasversali si costruiscono nel percorso di lavoro/stage/studio cercando di relazionarsi con gli altri in maniera produttiva e paritetica.
- L'ESPERIENZA è il mezzo principale per acquisire competenze trasversali e non...



Laura Robustini – EURES Adviser



CV

Competenze trasversali



- Ora che sai quali sono le tue capacità trasversali e quando/dove le hai sviluppate sei pronto ad inserirle nel CV.
- Vicino alla caratteristica puoi mettere una frase breve che dica in che contesto l'hai utilizzata che ti servirà poi per sviluppare il concetto durante (l'eventuale) colloquio.

CV Hobby

Quello che metti negli hobby darà al datore di lavoro un'idea della tua personalità quindi **ATTENZIONE:**

- Non mentire (non scrivete che adorare la letteratura russa, se leggete solo Topolino!)
- Non scrivere cose che potrebbero non essere in linea col profilo ricercato
- Preparatevi a parlare dei vostri hobby in sede di colloquio

CV Referenze



- Le referenze sono fondamentali in tutti i paesi che hanno un approccio di stampo anglosassone.
- Mettetele come ultima voce nel cv se avete nome, numero di telefono e indirizzo mail del referente.
- Se avete una lettera di referenze allegatela segnalando il ruolo ricoperto da chi l'ha scritta.
- Se non avete un'esperienza lavorativa alle spalle potete chiedere ad un professore di fare da referenza.
- Un paio di referenze sono sufficienti.

Attenzione: le persone che segnalate devono essere in grado di parlare di voi **almeno** in lingua inglese.



Laura Robustini – EURES Adviser




Cover Letter

Perché scegliere te?



- Leggi attentamente l'offerta di lavoro: devi avere almeno il 70% dei requisiti richiesti.
- Fai ricerca sull'azienda per cui ti stai candidando, ti sarà utile anche nel colloquio!
- Utilizza le stesse parole dell'offerta all'interno della lettera.
- Spiega nella lettera ciò che non hai avuto modo di esplicitare nel cv: il perché delle scelte fatte, per esempio.
- Se non hai uno dei requisiti dell'offerta puoi dire nella cover letter che hai intenzione di acquisirlo in breve tempo. (es. Non so il tedesco ma sono pronto a fare un corso dopo l'orario di lavoro)
- Lunghezza: max 1 pagina

CV Francia



Lucie DEVIK
200, rue des Avions
59000 Lille

☎ 33 (3) 20 51 00 19
33 ans
Mariée, 2 enfants
Permis B

Intitulé
> 1 page, 2 maximum pour les
jeunes ayant beaucoup
d'expériences
> Expériences souvent dans
l'ordre anti-chronologique

Photo non obligatoire

**Assistante commerciale export
trilingue anglais, allemand.**

EXPERIENCE PROFESSIONNELLE

Formation en premier pour les jeunes diplômés, sans
mettre en valeur l'expérience professionnelle

depuis janvier 98 : Attachée commerciale Export chez Scherters -textile, rubannerie- à Lille(France)
 •Gestion du cahier de commandes export (250 clients sur 8 pays)
 •Interface entre les commerciaux et la production
 •Suivi qualité (niveau prix, qualité produit, etc.)
 •Mise en place de salons professionnels en Europe

Déc 91 - déc 97 : Assistante commerciale Export chez GLO Pailhem -rotisserie industrielle- à Arras(France)
 •Gestion des appels d'offres internationaux, des cahiers de commandes clients, distributeurs et engineering
 •Formation du personnel lors de la création d'une filiale au Royaume-Uni
 •Organisation de salons professionnels en Europe (3 par an)

Mars 91 - oct 91 : stagiaire chez Sommerman Ltd-production de matériel médical de Haute Technologie - à
 Bristol-UK
 •Réception des appels d'offres et réalisation des devis
 •Production des cahiers des charges et documents administratifs
 •Secrétariat administratif et commercial

Parlez d'actions et des missions réalisées,
des résultats obtenus, et les chiffres

FORMATION

89-90 : Maîtrise de Sciences de Gestion (L.A.E de Lille)
 86-88 : Hauptstudium (Licence LEA) Programmi Erasmus (Allemagne)
 1985 : Baccalauréat A (littérature et langues étrangères)

Si vous avez bénéficié
d'une formation continue
ultérieure, indiquez la

AUTRES CONNAISSANCES

Informatique
Word et Excel sous Windows 98, applications Internet


Langues étrangères
 Allemand courant, commercial et technique
 Anglais courant, commercial et technique
 Espagnol niveaux études secondaires

Un niveau courant dans une langue
peut également se traduire par « lu,
écrit, parlé », de même en moins
utilisé


CENTRES D'INTERET

Vice-présidente association de jumelage franco-allemande
 Antiquités nantaises
 Aquagym et tennis de table (activité en club)

Les centres d'intérêt peuvent être détaillés
s'ils sont pertinents par rapport à l'emploi
recherché



Laura Robustini – EURES Adviser

Azienda speciale della

**Provincia
di Milano**

Datos personales

Nombre: **Eduardo Espejo Mata**
Fecha de nacimiento: 6.12.1980, en Barcelona
Domicilio: Rosellón 60-62 5º 2º
08029 Barcelona
Teléfono: Particular: 932. 607. 312
Móvil: 625. 422. 823
e-mail: eespejo@yahoo.es

Si può
mettere la
foto
formato
tessera

Formación académica

2000 – 2004 Licenciado en Derecho por la Universitat Internacional de Catalunya

Experiencia profesional

Febrero 2004 Hausen & Breaks Abogados
Junio 2004 Prácticas. Departamento de Derecho Fiscal

Junio 2003 Llopis-Borrás-Ventura Abogados
Septiembre 2003 Prácticas. Tareas mercantiles y de atención al cliente

Idiomas

- Catalán y castellano: Lenguas maternas
- Inglés: Fluido oral y escrito. Nivel "Advanced"
First Certificate (2001)
Puntuación 740 en el TOEIC (2000)

Informática

- Dominio avanzado de Microsoft Office (Word, Access, Excel, PowerPoint)
- Usuario avanzado de Aranzadi-Westlaw, NormaCefy Quantor Fiscal

Formación complementaria

Curso de Creación de Empresas Organizado por la Universitat Internacional de Catalunya, IESE, Deloitte y KPMG. Asistencia y elaboración de proyecto de empresa (Primer Premio)

Derecho Procesal Prácticum en los Juzgados (50 h.), Revisión de expedientes y asistencia a vistas en la Audiencia Provincial de Barcelona bajo la supervisión de un magistrado.

Otros datos de interés

- Permiso de conducción de vehículos A y B
- Disponibilidad y movilidad geográfica completa
- Delegado de Curso de la Facultad de Derecho (2000 – 2004)
- Miembro de la ONG "Universitarios Solidarios". Proyectos de cooperación realizados en Guatemala (verano 2003) y El Salvador (verano 2004)
- Afiliación por el Escafandrismo. Miembro del Grupo Universitario de Submarinismo (G.U.S.) de la Universitat Internacional de Catalunya

Milano 2012

1

CV Paesi scandinavi

Meritförteckning

Anders Andersson 01-111 111
Andersvägen 1 E-mail: anders1@post.com
111 11 Andersstad Kortkort: 'B'
Född: 701201

Arbetslivserfarenhet

Arbetsplats / arbetsuppgifter	Period
ICA Kvantum Auktoriseringsansvarig	2001 -
ICA Andersstad Charakterträd	1995 - 1999
Anders Restaurang Kock	1990 - 1994
Stockholms krog Kockelev	1990 - 1990

Utbildning

Skola	Examen
ICA utbildning	2000
Militär kockutbildning	1989
3-årig kockskola	1988

Språk & dataprogram

Språk	Engelska Franska
Programvara	Word, Excel, Powerpoint

Referenser

Foretag, namn	Kontakt
Anders restaurang, Erik Eriksson	01 - 11 11 11
ICA Gustaf Gustavsson	02 - 22 22 22

CV Regno Unito



MILANO

Curriculum Vitae – Ashley Gill

Ashley Gill
Lappage Court
Tyler Green
Bucks.
HP8 4JD

Phone: 01882 652349
Mobile: 07717 121824
Email: ashleygill01@hotmail.co.uk
Skype Contact: ashleygill01

Europass not suitable

Your profile should be concise and match the job for which you are applying.

*Short Sentences, Action Verbs, Specific Achievements, No mistakes or spelling errors.
Translate Italian names/expressions – everything MUST be in English.
No Photograph, No date of birth/age, No gender, No Marital Status or otherwise.*

Multi-lingual business studies undergraduate with varied financial work experience and strong interpersonal skills seeks a career in financial consulting

Work – most recent first.

*Give the job title and a brief summary of the work you did.
Could be useful to distinguish between experience related to the job and other work experience.*

Finance Related Work Experience

2006 Feb-Aug Audigest S.A. (Barcelona)

Audit Assistant

6 months' work experience in an international bank worked with senior auditor reviewing company financial systems and analysing risk performed tests on financial information systems

2003 Jan-Aug First Choice Holidays and Flights Ltd (High Wycombe)

Financial Assistant

worked in team of four matching invoices to payments accruals matching team member

2002 Jul-Aug Cats Protection League (Chalfont)

Financial Assistant

worked in the accounts payable team bank reconciliations, updating sales and purchase registers

2001 Brebner Allen and Trapp Chartered Accountants

Unpaid Work Experience

If you have gained experience in these jobs that you think are relevant to the job for which you are applying, you could draw attention to them in your covering letter

Other Work Experience

2005 Jan-Dec Sainsbury's (Hazlemere)

Supervisor

2003-2007 Buckinghamshire Chilterns University College

Curriculum Vitae – Ashley Gill

Part-time library assistant

2001 Jan-Dec McDonald's (High Wycombe) Crew member

If you have a degree or similar qualification give its name and a translation in English, and the name of the place where you studied

Education

2003-2007 Buckinghamshire Chilterns University College BA in accounting and finance

Additional Skills: ex. Languages/ Hobbies /Achievements

*Add information about how you acquired the language.
Your activities outside work may show experience or skills that could be useful to your employer, so include any voluntary work, sport, or pastimes that you enjoy*

Languages

French: Level of knowledge/ how did you acquire it/ certification

Spanish: Comprehension and speaking excellent; reading and writing good. Erasmus year in Madrid; certification from the University Carlos III of Madrid.

IT Skills

OCR Level 1&2 Web design (MS Frontpage)
Sageline 100, Barclays Businessmaster and Care (Livecontacts)
All office applications, email and internet

Voluntary Work Experience

2006 Mar-Apr Teaching English (Valladolid, Spain)
2004 Feb-Mar Student volunteering: teaching young adults DJ'ing skills
2002 Sep-Jan Teaching English (Guadalajara, Mexico)

Pastimes

Running, DJ'ing, travelling

The employer will want at least two references from a previous employer or university. They will want a name and contact details. If it is a written reference, you must also provide an English translation

References

Available on request

Or

Giancarlo Rossini
CEO of Rossini Import/Export
+39 (0)2 365 9584
grossini@hotmail.com



Laura Robustini – EURES Adviser

Azienda speciale della



Provincia di Milano

Cv Germania



Handout 11

LEBENS LAUF

Persönliche Daten

Vor- und Zuname Mario MONTI
 Geburtsdatum 28.02.1982
 Geburtsort Padua, Italien
 Staatsangehörigkeit Italienisch
 Familienstand verheiratet
 Wohnort 49012 Padua, Via Monaco Padovana 2
 Telefon 0039/ 349010288
 E-Mail Mario.Monti@tjpl.it

seit 07/2012 Im Bewerbungsprozess,
 Deutschintensivkurs, Goethe-Institut Padua

Hochschulausbildung

10.2007 – 06.2012	Studium der Elektro- und Informationstechnik an der Georg-Simon-Ohm Hochschule, Nürnberg <ul style="list-style-type: none"> Vertiefungsrichtung: Energietechnik und Automatisierungstechnik Diplomarbeit: Theorie und Berechnung der Beleuchtungs- und Steckdosenanlage in Kraftwerken Abschluss als Diplom-Ingenieur: März 2012
02.2011 – 07.2011	Praxissemester bei der Siemens AG, Sektor Energy, E F IE 18 Erlangen: Erstellung eines Kalkulationstools zur Berechnung von Auslöseströmen für die Schaltgeräte und den Spannungsfall an der Laststrecke
02.2010 – 10.2010	Projektarbeit an der Fakultät Elektro- Feinwerk und Informationstechnik (efi) Lock-In-Verstärker in LabView nachbilden und testen
02.2006 – 08.2006	Baumanagement an der Fachhochschule Karlsruhe
09.2002 – 07.2003	Studium an der Hochschule „Institut Spécialisé de Technologie Appliquée“, Beni-Mellal / Marokko Wartung automatisierter Systeme

Mario MONTI
 Via Monaco Padovana 2 • 49012 Padua • Via Monaco Padovana 2 • Tel. 0039/ 349010288 • E-Mail: Mario.Monti@tjpl.it

Berufserfahrung

02.2010 – 09.2011	Werkstudent bei der Siemens AG, Sektor Energy in der Abteilung E F IE 18, Erlangen <ul style="list-style-type: none"> Revision der Anschlussunterlagen für elektrischen Schutz Bearbeitung von Kabel- und Verbraucher-Listen Vergleich von Baustelleninformationen mit Planungsunterlagen: Aufzeigen und Klärung von Diskrepanzen
02.2009 – 12.2009	Werkstudent bei der Siemens AG, Sektor Energy in der Abteilung E T PS PM 1, Erlangen Dokumentation einer Stromübertragungssimulation zwischen zwei Stationen
01.2008 – 10.2008	Werkstudent bei der Siemens AG, Sektor Industry in der Abteilung A&D SE ITS PRI 1, Nürnberg <ul style="list-style-type: none"> Arbeiten mit dem Grafiktool ADOBE Illustrator und mit dem Bildtool ADOBE Photoshop für Siemens Print- und Onlinekataloge Pflege von technischen Informationen in der Redaktions-Datenbank MEDAPS

Schulbildung

1997 - 2006 Besuch des Gymnasiums Padua
 Abschluss Abitur (Maturità)

Besondere Fähigkeiten/Kenntnisse

Sprachkenntnisse	Italienisch : Muttersprache Englisch : Erweiterte Kenntnisse (B2) Deutsch : Grundkenntnisse (A2) Französisch : Grundkenntnisse
Programmiersprachen	AWL, ST, C, C++, Java, VBA : gute Kenntnisse
Anwendungen	MS-Word, MS-Excel, MS-PowerPoint : gute Kenntnisse Adobe-PhotoShop, Adobe-Illustrator : gute Kenntnisse CoDeSys, P-Spice, Step-7 : gute Kenntnisse FrameMaker, Eagle Layout Editor : Grundkenntnisse

Padua, den 02.02.2012



Laura Robustini – EURES Adviser



Esperienza: perché non farla all'estero?
Ora il tuo CV è pronto!



Il viaggio non soltanto allarga la mente: le dà
forma.

Bruce Chatwin, *Anatomia dell'irrequietezza*, 1997
(postumo)



Laura Robustini – EURES Adviser



A voi la parola!

... Domande?

