



Què és el programa "Suport a l'Ocupació Juvenil"?

És un servei adreçat a persones joves d'entre 16 i 29 anys interessades a buscar feina i/o en formar-se.

Què oferim?

- Suport en la recerca de feina
- Cerca de Recursos Formatius
- Fer o actualitzar el CV i carta de presentació
- Preparar una entrevista
- Conèixer empreses i professions
- Contactar amb altres serveis

Ho fem a través d'orientacions individuals, sessions informatives grupals, càpsules formatives (Millora el teu CV, Com fer una bona entrevista de feina, On trobar les ofertes de feina...)

Requisits

- Tenir entre 16 i 29 anys
- Alta al SOC (DONO)
- Alta a Garantia Juvenil

INSTITUCIONALS

Sabadell Treball

www.sabadelltreball.cat

Feina Activa (SOC)

<https://feinaactiva.gencat.cat>

Xarxa Local d'Ocupació

<https://xaloc.diba.cat/>

CIDO <http://cido.diba.cat/oposicions>

GENERALS

Infofeina www.infofeina.com

Infojobs www.infojobs.net

Linkedin www.linkedin.com

Indeed www.indeed.es

Primer empleo <https://www.primerempleo.com/>

MÉS INFORMACIÓ

Vapor Llonch

Catàleg per a la recerca de feina per internet

(Sabadell Treball)

Jove.cat/treball

<http://web.sabadell.cat/joves>

Exemples i consells de com fer un currículum

(Sabadell treball)

Diccionari de competències

Com fer una autocandidatura (Sabadell treball)

Webs que et poden ajudar

Si vols més informació, demana'ns hora!



ASSESSORIA D'OCUPACIÓ



C/ Blasco de Garay, 19



93 745 33 01



689 32 19 45



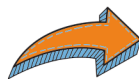
@sbdjove



oficinajove@ajsabadell.cat



<https://web.sabadell.cat/joves>



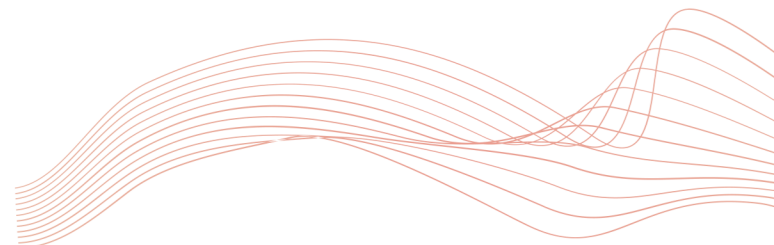
Pots descarregar tots els nostres infoexpress escanejant aquest QR



**Edició 02/2024*



TROBA LA PRIMERA FEINA

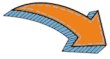


oficina Jove
del Vallès Occidental
SABADELL

Encara que estiguem disposats a treballar de qualsevol cosa, és bo aturar-nos un moment i reflexionar sobre quines són les feines on tenim més possibilitats que ens contractin. Per això hem de tenir clar com som i quins coneixements i experiències tenim.

L'autoconeixement és el primer pas per iniciar la recerca de feina

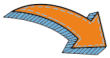
- Com sóc jo?
- Què m'agrada?
- En què destaco?
- Com hauran de canviar les meves rutines?



1. CURRICULUM VITAE

És un resum escrit i ordenat de les experiències formatives i laborals que informa de la nostra candidatura a un lloc de treball concret amb l'objectiu d'accedir a l'entrevista de selecció.

- Defineix el teu perfil professional
- Adapta'l a cada oferta
- Informació clara, concisa i visual
- Màxim una pàgina
- Incloure competències transversals



2. CARTA DE PRESENTACIÓ

És un document escrit que acompanya al currículum i que permet destacar el més important en relació al lloc de treball que es vol ocupar.

Pot ser útil per:

- Presentar una candidatura a una empresa
- Captar l'atenció del receptor



3. ON BUSCAR FEINA

Serveis públics d'ocupació

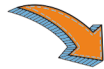
Borses de treball en línia

Empreses i serveis diversos

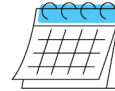
Empreses de treball temporal

4. COM BUSCAR FEINA

- Ofertes de treball
- Contactes
- Autocandidatura, enviant un @ amb el CV adjunt i acompanyat de la carta de presentació
- Fer inscripció a diferents portals i completar el perfil. Anota't sempre l'usuari i contrasenya per recordar l'accés



De manera física o online... Però sempre amb **PLANIFICACIÓ!**



5. QUAN BUSCAR FEINA

No és el mateix buscar feina en general, que buscar feina de temporada.

Per buscar feina de temporada, cal iniciar la recerca uns mesos abans

Per a l'**ESTIU**, es pot iniciar al mes d'abril; alguns dels sectors on hi ha més demanda són:

- Turisme, hostaleria i restauració
- Oci i activitats de lleure
- Comerç
- Serveis a persones
- Treball a l'estranger

Per a l'**HIVERN**, es pot iniciar a finals d'octubre; alguns dels sectors on hi ha més demanda són:

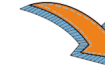
- Turisme, hostaleria i restauració
- Serveis a les empreses
- Comerç
- Serveis a persones



6. ENTREVISTA DE FEINA

Cal tenir en compte les diferents fases d'una entrevista:

ABANS	DURANT	DESPRÉS
Preparació específica	Valora el que dius i com ho dius	Avaluació i millora



Pensa que hi ha diferents tipus d'entrevistes: individuals o grupals, amb dinàmiques, amb un o més entrevistadors, etc.



7. INFORMACIÓ ÚTIL

- És important apuntar-se al **SOC** com a demandant d'ocupació
- Sempre hauries de treballar amb contracte
- Els teus drets mínims estan reflectits a l'estatut dels treballadors
- Si tens dubtes laborals, pots adreçar-te als diferents sindicats

A Sabadell pots dirigir-te al **Vapor Llonch**, on hi ha un espai de recerca permanent de feina, amb personal professional en temes d'ocupació.

També pots comptar amb el suport de dues **Referents d' Ocupació Juvenil** que treballen coordinadament entre el Departament de Joventut de l'Ajuntament de Sabadell i el Servei d'Intermediació i Orientació per a joves de Vapor Llonch. Elles t'orientaran si vols començar a buscar feina compatible amb els estudis o conèixer els passos a seguir per buscar feina, entre d'altres.

