

PROGRAMA "SUPPORT 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



RECURSOS I SERVEIS

 www.jovecat.com / VOLUNTARIAT



**Oficina d'Entitats
i Voluntariat
de Sabadell**



93 745 31 84



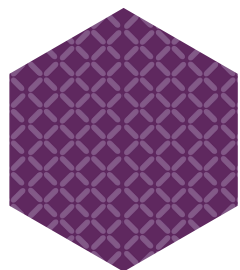
@sbdmvoluntariat



puntvoluntariat@ajsabadell.cat



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



**SI VOLS MÉS
INFORMACIÓ, DEMANA'NS
HORA!**

ASSESSORIA OCUPACIÓ



C/ BLASCO DE GARAY, 19



93 745 33 01



689 32 19 45



@sbdjove

*Edició 05/2026



Ajuntament de
Sabadell



Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials
i Famílies
Direcció General de Joventut



Diputació
Barcelona

oficinajove
del Vallès Occidental
Sabadell

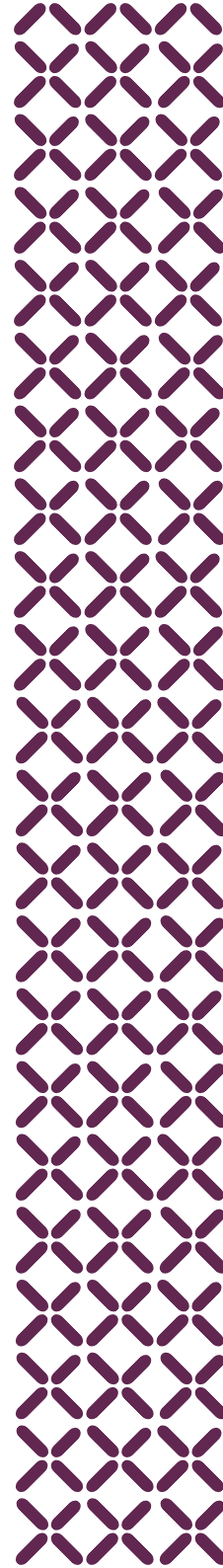
VOLUNTARIAT

**I
CV**



**ocu
pació**

InfoExpress



QUÈ VOL DIR SER VOLUNTARI/A?

És aquella persona que dedica part del seu temps lliure al servei dels altres o a interessos socials i col·lectius.



TIPOLOGIES D'ACCIÓ VOLUNTÀRIA

- Acompanyament individualitzat o grupal
- Orientació i formació
- Educació i sensibilització
- Activitats socio-culturals i participació comunitària
- Gestió i administració interna
- Estudis, recerca i creació
- Altres tasques diverses de suport



Per escollir el tipus d'acció que farem, cal saber quins són els nostres **coneixements** i les nostres **habilitats**! També tindrem en compte les nostres **actituds** i les **competències socials** que tenim.

- Coneixements (saber)
- Habilitats (saber fer)
- Actituds (saber ser)
- Competències socials (saber viure junts)

QUINS TIPUS DE VOLUNTARIAT HI HA?

Social: millorar la qualitat de vida i benestar de les persones

Cultural: dinamització cultural, tant de conservació i difusió com de millora i creació

Comunitari: actuacions ciutadanes encaminades a millorar la comunitat on viuen

Ambiental: es promou la defensa del medi ambient i les bones pràctiques

Solidaritat internacional: projectes de desenvolupament integral i accions d'educació per al desenvolupament a favor de països empobrits del Sud i intervencions d'acció humanitària i d'emergència



BUSQUES FEINA PERÒ NO TENS EXPERIÈNCIA?

- Les experiències en voluntariat es poden incloure en el CV
- Són una oportunitat de que et coneguin i de conèixer llocs on treballar
- T'ajuden a saber millor els teus interessos i competències laborals
- A les entrevistes de feina, agrada molt trobar voluntariats en el CV



COM INCLOURE EL VOLUNTARIAT AL CV

Igual que inclouries una experiència laboral (amb contracte o sense) o unes pràctiques.

- Indica el càrrec que ocupes dins l'entitat
- Posa l'any i el temps en que ho has fet
- Especifica l'organització / entitat
- Descriu les tasques desenvolupades

Oct. 2013 Mar. 2014	● AJUDANT DE MAGATZEM VOLUNTARI al Rebost Solidari
	• Endreçar productes d'alimentació en les estanteries
	• Preparar lots d'aliments en caixes
	• Repartir els lots d'aliments a les famílies

COMPETÈNCIES TRANSVERSALS

Al CV també hi pots incloure les teves **competències transversals**.

Són les característiques que descriuen com ets professionalment, com et desenvolupes a la feina i/o al voluntariat.

Alguns exemples són: puntualitat, capacitat de treball en equip, capacitat de planificació, empatia, habilitats comunicatives, etc.

COMPETÈNCIES TRANSVERSALS	
Puntualitat	██████████
Treball en Equip	██████████
Planificació	██████████
Empatia	██████████