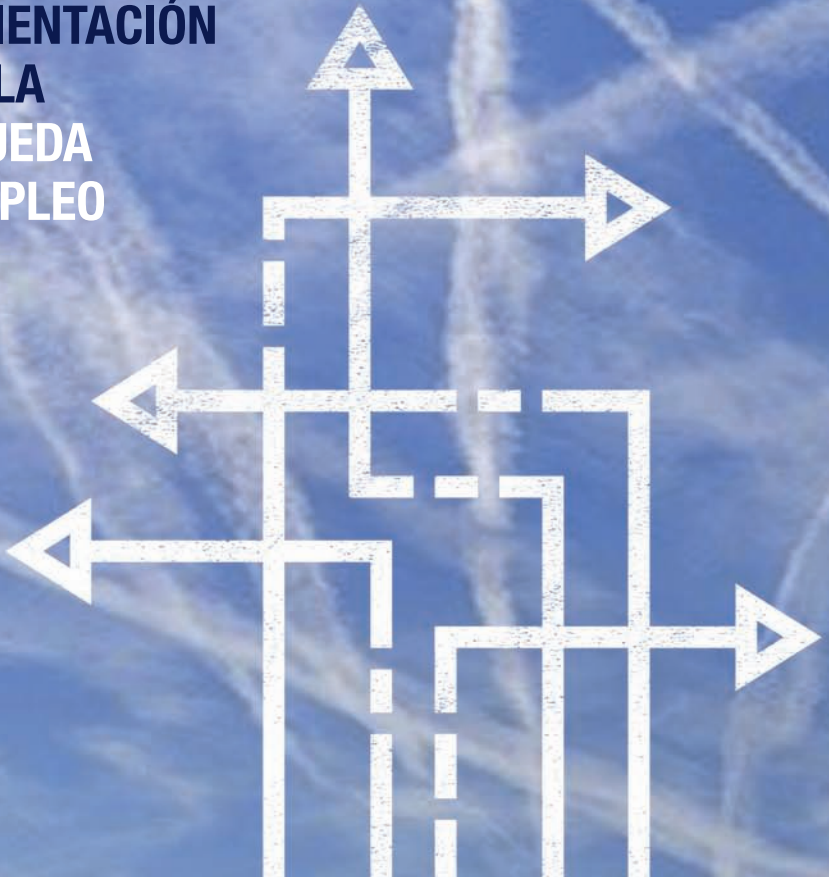


2020

¿BUSCAS TRABAJO?

PLAN INTEGRAL
DE ORIENTACIÓN
PARA LA
BÚSQUEDA
DE EMPLEO



¿QUÉ NECESITAS?

1 QUIERO HABLAR CON ALGUIEN EXPERTO EN HACER MÁS EFECTIVA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Nuestro equipo de orientación puede ayudarte a:

- Analizar los puntos fuertes de tu perfil: *¿qué puedo aportar a una empresa?*
- Identificar tus áreas de mejora: *¿qué pide el mercado laboral que a mí me falta?*
- Establecer una estrategia efectiva para tu búsqueda de empleo: *¿qué pasos tengo que dar para conseguir mi objetivo?*
- Desarrollar herramientas eficaces de visibilidad: *¿cómo puedo darme a conocer a las empresas? ¿mi currículum es adecuado? ¿cómo superar una entrevista de selección?*

SERVICIO DE ORIENTACIÓN ES NECESARIO SOLICITAR CITA PREVIA

CETIC, C/ Castro Urdiales, 10.

De lunes a viernes, de 9:00 a 14:00

945 16 12 24



No te quedes fuera de la búsqueda de empleo a través de Internet:

Si no dispones de equipos informáticos para ello, puedes utilizar gratuitamente nuestra **Sala de Ordenadores**, donde además tendrás el apoyo de **personal experto** a quien plantear tus dudas. También puedes consultar la **prensa diaria** y el **tablón de anuncios de empleo y formación**.

SALA DE ORDENADORES

ENTRADA LIBRE Y GRATUITA CON LA TARJETA MUNICIPAL CIUDADANA

CETIC, C/ Castro Urdiales, 10.

De lunes a viernes, de 9:00 a 20:00

Más información

www.vitoria-gasteiz.org/empleo

Somos **Centro Colaborador de Lanbide** para la inscripción y actualización de tu demanda. Tener el currículum actualizado en Lanbide te permitirá aumentar las posibilidades de que tu candidatura sea seleccionada en las ofertas de empleo.



Euskadi, egiten, hon conde



EUROPA BAIKERRA
European Union
EUROPEAN UNION

EUROPA BAIKERRA
European Union
EUROPEAN UNION

EN EL AYUNTAMIENTO DE VITORIA-GASTEIZ TE AYUDAMOS A CONSEGUIR MEJORES RESULTADOS EN TU BÚSQUEDA DE EMPLEO

2 QUIERO ACTUALIZAR MI PERFIL PROFESIONAL PARA QUE SEA MÁS COMPETITIVO EN EL MERCADO LABORAL

El mercado laboral cambia a una gran velocidad, por lo que es imprescindible estar al día y mantener el perfil profesional actualizado.

Nuestro equipo de orientación puede **ayudarte a elegir la formación más adecuada** para tu perfil:

- Formación reglada: Ciclos Formativos, Grados Universitarios, Máster...
- Formación continua: cursos de actualización, Certificados de Profesionalidad...
- Formación a distancia, online...
- Idiomas.
- Informática.

Ofrecemos también **NUESTRA PROPIA OFERTA DE CURSOS**, abierta durante todo el año, en **2 modalidades**:

FORMACIÓN PRESENCIAL

Áreas: Empleo verde y sostenibilidad / Nuevas tecnologías / Rehabilitación y construcción sostenible / Industria y automoción / Servicios a personas y a la comunidad.

E-LEARNING

Áreas: Gestión y administración de empresas/ Ofimática / Programación / Diseño y comunicación / Multimedia

3 QUIERO PARTICIPAR EN GRUPOS QUE ENTRENEN HABILIDADES CLAVE PARA EL EMPLEO

Se trata de actividades grupales, llamados **TALLERES**, que ofrecen **entrenamiento en herramientas y habilidades** útiles para la búsqueda de empleo, además de favorecer el intercambio y el establecimiento de redes de apoyo. Se imparten en los centros de formación Ignacio Ellacuría y CETIC.

Nuestro equipo de orientación puede asesorarte si no tienes claro cuales son los que más te convienen.

TALLERES

TODOS LOS TALLERES SON GRATUITOS
ES NECESARIA INSCRIPCIÓN

Ignacio Ellacuría y CETIC
(Castro Urdiales, 12 y 10).

Más información
www.vitoria-gasteiz.org/empleo

CURSOS DE FORMACIÓN

CETIC, C/ Castro Urdiales, 10.
De lunes a viernes, de 9:00 a 14:00

945 16 12 24
www.vitoria-gasteiz.org/empleo

ACTIVACIÓN LABORAL

3.1 TALLER DE ACTIVACIÓN LABORAL

Taller de 30 horas de duración, distribuidas en 10 sesiones de 3 horas, que se imparten de lunes a viernes, en dos semanas consecutivas.

FECHAS DE IMPARTICIÓN DE LOS TALLERES

Marzo	Mayo	Junio	Septiembre	Octubre	Noviembre
del 2 al 13	del 18 al 29	del 15 al 26	del 14 al 25	del 19 al 30	del 16 al 27

HORARIOS

Mañanas de 9:30 a 12:30.

PROGRAMA Y CONTENIDOS

YO Y EL MERCADO LABORAL

Sesión 1	DESPIÉRTATE CONOCE EL NUEVO MERCADO LABORAL <i>Objetivo:</i> Conocer los cambios del mercado laboral en una economía global.	<ul style="list-style-type: none">– Mercado laboral global: nuevas necesidades.– Nueva realidad de las empresas.– Nuevas relaciones laborales.– Nuevos itinerarios profesionales: formación y profesiones.– Nuevo modelo: trabajador/a emprendedor/a.
Sesión 2	CÉNTRATE ENFOCA TU ESTRATEGIA <i>Objetivo:</i> Definir un objetivo coherente con tu proyecto profesional y con el mercado.	<ul style="list-style-type: none">– Plan estratégico: pasos para un objetivo motivador.– Estrategias para mejorar la actitud en la búsqueda de empleo.

HERRAMIENTAS, RECURSOS Y ESTRATEGIAS

Sesión 3	REFUÉRTATE HABILIDADES CLAVES QUE PIDEN LAS EMPRESAS HOY <i>Objetivo:</i> Conocer las competencias transversales más valoradas en el mercado de trabajo.	<ul style="list-style-type: none">– Mercado en cambio, del modelo productivo al proactivo.– Conocimientos vs. Competencias.– Competencias clave.– Autoevaluación en positivo.– Áreas de mejora.
--------------------	--	---

Sesión 4	DIFERÉNCIATE APRENDE A CONSTRUIR Y POTENCIAR TU MARCA PERSONAL <i>Objetivo:</i> Conocer las claves para construir y potenciar la marca personal para diferenciarte.	<ul style="list-style-type: none"> – Aprende a identificar tus diferencias. – Tácticas para diferenciarte profesionalmente. – Conoce como destacar. – Herramientas para potenciar tu marca personal.
Sesión 5	RELACIONATE CONSIGUE EL EMPLEO QUE BUSCAS A TRAVÉS DE TUS CONTACTOS SOCIALES <i>Objetivo:</i> Aprender a construir una potente red de relaciones profesionales para aumentar tus opciones de encontrar empleo.	<ul style="list-style-type: none"> – Objetivo profesional y red de contactos. – Descubre tus redes clave. – Evalúa tus habilidades esenciales de networking. – Conviértete en el experto/a de referencia. – Gestiona tus contactos. – Descubre los entornos en los que crear y potenciar la red de contactos.
Sesión 6	CONÉCTATE INTERNET PARA LOGRAR EMPLEO <i>Objetivo:</i> Conocer las principales webs con las que lograr empleo.	<ul style="list-style-type: none"> – Buscadores y metabuscadores de empleo. – Redes sociales para el empleo. LinkedIn y Twitter.
Sesión 7	ORGANÍZATE HERRAMIENTAS INFORMÁTICAS PARA GESTIONAR EL TIEMPO <i>Objetivo:</i> Conocer diferentes herramientas para la mejora de la administración de nuestro tiempo.	<ul style="list-style-type: none"> – Trabajo colaborativo (DropBox, Drive,) – Organización de tareas-proyectos (Evernote, ...). – Sincronización. – Gestión de redes sociales (Hootsuite, ...). – Descubre los entornos en los Agendas (Calendar,..).
Sesión 8	PRESENTATE ELABORA UN CV CON IMPACTO <i>Objetivo:</i> Aprender a utilizar el currículum como herramienta para lograr mis objetivos profesionales.	<ul style="list-style-type: none"> – Tipologías de CV e idoneidad de cada una de ellos. – Estructura de un buen CV. – Formatos de CV. – El CV de los portales de empleo. – Los CV online: Cuvitt, video curriculums, ...
Sesión 9	PROMOCIÓNATE ENTREVISTA DE SELECCIÓN: CÓMO MOSTRAR TU MEJOR VERSIÓN <i>Objetivo:</i> Aprender estrategias que ayuden a superar con éxito una entrevista de selección.	<ul style="list-style-type: none"> – Importancia de la entrevista en el proceso de selección. – Diferentes tipos de entrevista. – Las fases de la entrevista. – Preguntas difíciles. – Errores habituales en una entrevista. – Las claves del éxito. – Práctica de la entrevista. – Dinámicas de grupo. – Pruebas de selección: dinámicas de grupo, pruebas situacionales, tests. . .

CONSTRUYENDO MI PLAN PERSONALIZADO DE INSERCIÓN

Sesión 10	PLANIFÍCATE GESTIONA EFICAZMENTE EL TIEMPO PARA LOGRAR TU OBJETIVO <i>Objetivo:</i> Conocer y aplicar herramientas que mejoren la planificación y organización de tu búsqueda de empleo.	<ul style="list-style-type: none"> – Crea y gestiona tu propio proyecto de búsqueda. – Establece las fases y los tiempos para lograr tus objetivos. – Herramientas para mejorar la gestión de tu tiempo. – Apunta bien: ve directo/a a lo que quieres y recorre el camino para conseguirlo.
---------------------	--	---

COACHING PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

3.2 PROGRAMA DE COACHING PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Si tienes dificultades para incorporarte al mercado laboral y te encuentras sin rumbo o con desánimo en tu búsqueda de empleo, éste es tu programa.

Taller de 28 horas de duración, que, a través de diversas dinámicas grupales y de entrevistas individuales dirigidas por coachs profesionales, te acompañaremos a descubrir tu talento y desarrollarlo, a identificar tus diferencias, así como a destacar y potenciar tu marca personal.

FECHAS DE IMPARTICIÓN DE LOS TALLERES

Febrero	Mayo	Julio	Octubre	Noviembre	Diciembre
del 17 al 28	del 4 al 15	del 1 al 14	del 1 al 15	del 2 al 13	del 1 al 16

HORARIO

Mañanas, de 9:30 a 12:15.



PROGRAMA Y CONTENIDOS

COACHING PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Sesión 1	MIRADA ESTRATÉGICA <i>Objetivo:</i> Generar sinergia del grupo y conocimiento mutuos. Tomar conciencia de cómo me estoy definiendo, mis puntos fuertes, mis recursos, y cualidades, mi potencial aún no desarrollado.	<ul style="list-style-type: none">– ¿Quién soy yo?, presentación.– Conocer los recursos con los que cuento: ampliando mi definición.– Afinidades con el grupo: encontrando conexiones.– Mapa del grupo.– Definir objetivos personales: conectando con mi futuro, conocer mis fortalezas para construir mi futuro.
Sesión 2	ACTIVANDO MI LIDERAZGO <i>Objetivo:</i> Descubrir las cualidades naturales y genuinas de cada uno/a.	<ul style="list-style-type: none">– Reflexión sobre mi trayectoria profesional.– Reconociendo mis fortalezas.
Sesión 3	CONECTAR CON MI FUERZA PARA CONSTRUIR MI FUTURO <i>Objetivo:</i> distinguir entre afirmaciones e interpretaciones. Trabajar las interpretaciones limitantes actuales y redefinirlas.	<ul style="list-style-type: none">– ¿Quién soy yo a nivel profesional?.– Conocer en que momento estoy en mi búsqueda de empleo.– ¿Qué quiero? ¿Cómo lo busco?– Conocer las competencias posibilitadoras del cambio.
Sesión 4	TRABAJO EN EQUIPO <i>Objetivo:</i> Impulsar la proactividad de cada participante. Activar el intercambio entre participantes.	<ul style="list-style-type: none">– ¿Cómo funciona dentro de un equipo?– ¿Qué rol adopto?– ¿Cuál es mi o contribución al equipo?
Sesión 5	PRESENTACIÓN EFECTIVA <i>Objetivo:</i> Aprender claves para comunicar y realizar presentaciones de manera efectiva.	<ul style="list-style-type: none">– Conocer las claves para realizar presentaciones efectivas, gestión de las emociones y superación del miedo escénico.
Sesión 6	ENCONTRAR MI LUGAR EN EL MERCADO LABORAL <i>Objetivo:</i> Explorar y definir las distintas posibilidades profesionales que tengo, ampliando la mirada e incorporando nuevas opciones.	<ul style="list-style-type: none">– Desarrollar un plan de acción para la mejora de mi búsqueda de empleo.
Sesión 7	ENTREVISTA DE TRABAJO Y AUTOCANDIDATURAS. <i>Objetivo:</i> desarrollar competencias para afrontar con éxito una entrevista de trabajo. Aprender a buscar mi hueco de trabajo aunque no exista una oferta: realizar autocandidaturas como parte del plan de acción.	<ul style="list-style-type: none">– ¿Cómo me preparo para una entrevista de trabajo de una oferta?– ¿Cómo me preparo una entrevista de autocandidatura?– Entrenamiento en entrevistas.



SESIONES TEMÁTICAS

3.3 TALLERES ESPECÍFICOS

VIDEO CURRÍCULUM

Cómo hacer tu propio video currículum.

30 horas de duración.

Objetivo: Aprender a aplicar técnicas audiovisuales para realizar un video currículum. Realizar un video currículum que no sólo muestre habilidades y experiencia sino que sea capaz de mostrar a la persona..

- ¿Por qué un video currículum? / Tipos de video currículums, / Tipo de video currículum adaptado a la personalidad/tipo de trabajo/objetivos.
- Creatividad audiovisual.
- Estructura de un video currículum.
- Técnica audiovisual, edición y narratividad.
- Escritura del guión y preproducción /Rodaje / Edición y postproducción.

3.4 TALLERES BREVES

Talleres de 3 horas de duración sobre herramientas y recursos concretos para la búsqueda de empleo. **Se ofertan varios cada mes.**

INSCRÍBETE EN ETTS

Objetivo: Conocer cómo funcionan las Empresas de Trabajo Temporal, cuáles son y cómo se pueden inscribir en ellas

- ¿Qué es una ETT?
- ¿Cómo funcionan las ETTs?
- Las ETTs en Vitoria-Gasteiz.

TICS Y BÚSQUEDA DE EMPLEO

Objetivo: Conocer cuáles son las principales webs para difundir el CV según el perfil profesional

- ¿Qué son las webs de empleo?
- ¿Cómo funcionan?
- Principales webs para difundir el currículum.

OPOSITA

El empleo en la administración pública.

Objetivo: Conocer los procedimientos de acceso a las diferentes administraciones públicas.

- Información básica sobre el funcionamiento de las convocatorias de empleo público.
- Conocer las páginas donde consultar convocatorias.
- Suscribirse para recibir información puntual sobre convocatorias.

CURRÍCULUM VITAE

Objetivo: Aprender a realizar un currículum atractivo para la búsqueda de empleo.

- Tipos de Currículums
- Cómo realizar un currículum atractivo.
- Realiza tu propio currículum.

LINKEDIN

Objetivo: Conocer qué es y qué utilidad puede tener para la búsqueda de empleo. Aprender a crear y gestionar un perfil en LinkedIn para generar oportunidades profesionales.

- Qué es LinkedIn y para qué puede servir.
- Privacidad y seguridad.
- Networking: el arte de estar bien relacionado.
- Personal branding: marca personal, visibilidad y redes sociales.
- En qué consiste el marketing personal en LinkedIn.
- Evaluar el impacto de mi actividad.

Consulta la programación en: www.vitoria-gasteiz.org/empleo <http://www.lanbide.euskadi.eus/orientacion>

PARA TODOS LOS TALLERES ES NECESARIA INSCRIPCIÓN

Información y solicitudes: www.vitoria-gasteiz.org/empleo

Ignacio Ellacuría. Castro Urdiales, 12. Tel. 945 16 18 60

Cetic. Castro Urdiales, 10. Tel. 945 16 15 05

Oficinas de Atención Ciudadana -010

Oficinas Técnicas de San Martín. Teodoro Dublang, 25