



# Completa el *puzzle* de la teua ocupabilitat

## Peces per a la millora de l'ocupabilitat

Des de la unitat *Informació i Orientació Universitària* s'ofereix formació per a la millora de l'ocupabilitat.

Entre les actuacions d'orientació per a la millora de l'ocupabilitat tenim 2 eixos principals dels quals oferim càpsules de formació:

- ✓ Cerca de feina:
  - Eines per a la cerca de feina: Currículum, perfil a les xarxes professionals
  - Processos de selecció de personal: entrevista
- ✓ Competències clau:
  - Aprenentatge
  - Adaptació al canvi
  - Treball en equip
  - Lideratge
  - Comunicació
  - Empatia
  - Assertivitat
  - Compromís
  - Gestió del Temps

La proposta del pla de formació per a la millora de l'ocupabilitat que s'ofereix als estudiants i persones graduades i titulades de la Universitat de Lleida pretén facilitar recursos i estratègies per millora de l'ocupabilitat amb la millora i l'adquisició de competències i l'aprenentatge de recursos i estratègies per a la cerca de feina.

Les càpsules de millora de l'ocupabilitat tenen reconeixement d'1 ECTS, cal realitzar 25h de formació ( presencial, auto formació o formació en línia) per poder obtenir el crèdit. La inscripció es durà a terme a la Plataforma UdL Treball i és gratuïta i exclusiva per als estudiants i persones graduades i titulades a la UdL.

En la edició de les càpsules de millora de l'ocupabilitat per al curs 2021-2022, la formació es durà a terme en format en línia excepte el simulacre d'entrevista grupal que serà presencial, totes les càpsules seran webinars en el campus virtual de la UdL. Un cop feta la inscripció l'alumne rebrà un correu de confirmació amb l'enllaç de l'espai de videoconferència.

Professora: Teresa Parache Maurin, Graduada Social i Màster en Recerca Educativa, Cap del Negociat d'Orientació Laboral Universitat de Lleida

## Descobreix quin currículum va millor al teu perfil

**2 hores formació teòrica:** coneix els diferents tipus de currículum i quin model et convé.

4,5 h treball autònom de l'estudiant: elaborar el teu currículum seguint el model que t'interessa

2 hora pràctica: presenta el teu currículum i et farem valoració i pla de millor si et cal

Total 8,5 hores

Data de realització formació teòrica: dilluns, 18 d'octubre

Horari de la formació teòrica: hi ha l'opció de fer-lo en horari de matí o en horari de tarda

horari matí: de 9.00 a 11.00 h.

horari de tarda: de 15.30 a 17.30 h



## **L 'entrevista de selecció de personal : Estratègia per preparar una entrevista, preguntes freqüents i preguntes no freqüents a l'entrevista.**

---

4 hores teòriques: tipus d'entrevista, estratègia per preparar una entrevista, preguntes freqüents.

3,5 hores treball autònom estudiant ( test autoconeixement, quadern preparar entrevista)

1 hora simulacre d'entrevista: tria una empresa i fem un simulacre d'entrevista.

Total 8,5 hores

Data de realització formació teòrica: dilluns i dimecres, 25 i 27 d'octubre

Horari de la formació teòrica:

Dilluns, 25 d'octubre de 2021 – de 15.30 a 17.30 h

Dimecres, 27 d'octubre de 2021 – de 9.00 a 11.00 h

## **L' entrevista de selecció de personal grupal**

---

2 hores teòriques: l'entrevista grupal què és i per a que serveix, tipus d'entrevistes grupals

4 hores treball autònom estudiant (preparació entrevista)

2 hores simulacre d'entrevista grupal

Total 8 hores

Data de realització formació teòrica: dilluns, 8 de novembre – de 15.30 a 17.30 h

Data del simulacre d'entrevista grupal: dilluns, 15 de novembre – de 15.30 a 17.30 h

## **Competències clau que demana el mercat de treball**

---

Aquest taller t'ajudarà a millorar les competències clau i transversals en diferents àmbits que et permetran adquirir aquestes competències per afrontar amb èxit el desenvolupament professional.

4 hores teòriques: definició i nivells nivell de la competència

2 hores treball autònom estudiant

4 hores pràctiques: tests i simulacres de situacions laborals.

Total 10 hores

Data de realització formació teòrica: dilluns i dimarts, 22 i 23 de novembre

Horari de la formació teòrica: hi ha l'opció de fer-lo en horari de matí o en horari de tarda

horari matí: de 9.00 a 11.00 h.

Horari de tarda: de 15.30 a 17.30 h.



### **Calendari i inscripcions de les càpsules**

Cal realitzar 3 dels 4 cursos per poder tenir accés al reconeixement d'1 crèdit ECTS.

Dates dels cursos:

#### **Peça 1: Descobreix quin currículum va millor al teu perfil**

**Dilluns, 18 d'octubre**

Pots escollir si vols fer el curs en horari de matí o de tarda:

horari matí: de 9.00 a 11.00 h.

horari de tarda: de 15.30 a 17.30 h.

#### **Peça 2: L'entrevista de selecció de personal : Estratègia per preparar una entrevista, preguntes freqüents i preguntes no freqüents a l'entrevista.**

**Dilluns i dimecres, 25 i 27 d'octubre**

Horari:

- dilluns, 25 d'octubre – de 15.30 a 17.30 h (sessió en línia)

- dimecres, 27 d'octubre – de 9.00 a 11.00 h (sessió en línia)

#### **Peça 3: L'entrevista de selecció de personal grupal**

**Dilluns, 8 de novembre – sessió teòrica en línia: de 15.30 a 17.30 h**

**Dilluns, 15 de novembre – sessió grupal presencial: de 15.30 a 17.30 h**

#### **Peça 4: Competències clau que demana el mercat de treball**

**Dilluns i dimarts, 22 i 23 de novembre**

Horari de la formació teòrica: hi ha l'opció de fer-lo en horari de matí o en horari de tarda

horari matí: de 9.00 a 10.00 h.

Horari de tarda: de 15.30 a 17.30 h.

**Inscripció a través de la Plataforma UdL Treball :**

[Plataforma UdL Treball](#)

**Més informació:**

**Orientació i Inserció Laboral**

Negociat d'Orientació Laboral

Informació i Orientació Universitària

Tel. 973 702 771

Tel. 973 003 594

[orientaciolaboral@udl.cat](mailto:orientaciolaboral@udl.cat)

