CONSEJOS PARA MEJORAR LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

1 PIENSA

¿HACIA DÓNDE VOY? ORIENTA TU BÚSQUEDA

Autoconocimiento de uno/a mismo/a. ¿Cuál es mi formación y experiencia? ¿En qué me gustaría trabajar? ¿En qué soy bueno/a? ¿Qué puedo mejorar de mi mismo/a? ¿Haciendo qué?



PROGRAMA DE EMPLEO

Es un servicio de información, orientación, formación e intermediación laboral que pretende mejorar las condiciones de aquellas personas que tienen más dificultades para acceder a un empleo.

Ponemos al servicio de las personas, especialmente de aquellas que muestran mayores dificultades para acceder al mercado laboral, variadas herramientas que les permitan mejorar sus condiciones a la hora de buscar, conseguir y mantener un empleo.

Participa y Colabora

—

Cáritas Diocesana de Lugo
Rúa Lois Peña Novo, 6, Lugo
982 24 20 09

www.caritaslugo.es

Cáritas Diocesana de Lugo dispone de un sistema de gestión de calidad certificado de acuerdo a la norma ISO 9001 de Applus+.



CONSEJOS PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

PROGRAMA DE EMPLEO

Cáritas Diocesana de Lugo

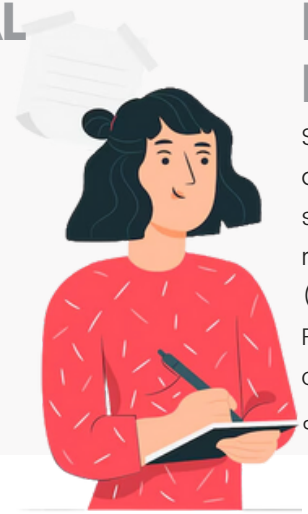
XUNTA DE GALICIA | CONSELLERÍA DE POLÍTICA SOCIAL E IGUALDADE

Cáritas Diocesana de Lugo

Financiado por la Unión Europea

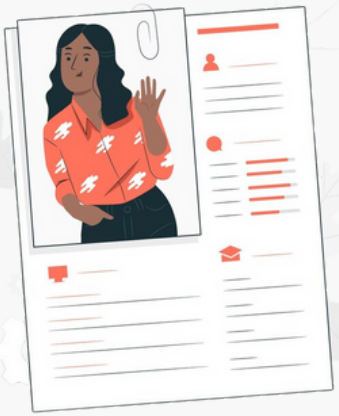
2 ESTABLECE UN HORARIO SEMANAL

Recuerda que estás desempleado, no parado. Cómprate una agenda e imponte tareas y rutinas diarias. Tienen que ser realistas. Proponte levantarte siempre a una hora determinada, arreglarte, dedicar tiempo para la búsqueda de empleo cada día.



3 PLANIFICA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

Sigue una estrategia. Utiliza diferentes canales porque todos son útiles. Portales de empleo, redes sociales, empresas diana (¿sabes cuáles son?), SEPE, ETTs, Fundaciones y entidades... contacta con diferentes empresas ¿sabes cómo hacerlo?



4 PON TU CURRICULUM A PUNTO

Quizá es hora de redactarlo resaltando lo mejor de ti. ¿Sabes lo qué es? ¿En qué destacaste en tus trabajos? ¿Cuáles eran tus funciones? ¿Cuáles son tus competencias? ¿Qué me diferencia del resto?



5 RECÍCLATE PROFESIONALMENTE

Analiza que me haría falta para mejorar mi C.V. Quizá ese curso AFD, acudir a unas jornadas, hacer un curso on-line, utilizar recursos de Internet, acudir a alguna entidad con el fin de mejorar mi formación.

6 TRABAJA TU RED DE CONTACTOS

Quedar con antiguos compañeros y profesores, conocidos, amigos... a los que les debemos dejar claro que estamos en un proceso de búsqueda activa de empleo. Cuida tu marca persona y tu perfil en redes sociales.



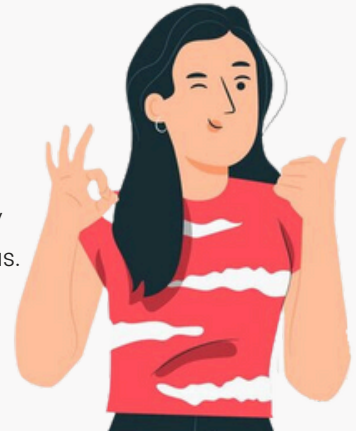
7 MUÉVETE

No te pares. Cambia un poco tu rutina de búsqueda de empleo. Piensa "sino me ha dado resultado un determinado método, voy a probar con algo diferente.



8 PIENSA EN POSITIVO

Es más fácil si evitas pensamientos negativos y compararte con los demás. Proponte reformular tus pensamientos.



9 QUIEN LA SIGUE LA CONSIGUE

Persevera. Como ya tienes tus rutinas establecidas, será más fácil. Recuerda que buscar trabajo es un trabajo en sí mismo.