

Provavelmente já te ocorreu o facto de estares a pouco mais de umas escassas três milhares de horas de acabar a tua formação académica.

Nada de stress, o que interessa é preparar o teu futuro, depois de gozar umas férias merecidas, é claro!!!

Vai uma ajuda? Se queres entrar na Vida Activa, então estes conselhos sobre como procurar trabalho são mesmo para ti...

Regras de Ouro Para Elaborares O Teu Curriculum Vitae

Um CV bem escrito e estruturado é meio caminho andado para arranjares um novo emprego.

O teu CV é um cartão de visita que pode fazer a diferença entre um convite para uma entrevista ou a tal cartinha a dizer que não foste seleccionado.

Para elaborares o teu **Curriculum Vitae** deves:

1. Ser Simples

O currículo não é mais do que a descrição resumida da tua história académica e profissional. Utiliza-o para chamar a atenção sobre as tuas potencialidades, sem te perderes em pormenores que possam dificultar a leitura.

2. Ser empreendedor

Deverás socorrer-te de verbos activos: alcançar, iniciar, administrar, realizar, dirigir.

Evita os parágrafos longos, utilizando frases curtas e concisas.

Apresenta os teus sucessos profissionais mais importantes, em pontos separados.

3. Recorrer a inversão cronológica

Deverás começar pelo teu emprego actual, recuando cronologicamente, não esquecendo o nome das entidades para quem trabalhaste,

assinalando sempre, nas datas, o princípio e o fim do período de tempo a que se referem.

Se estás a procura do primeiro emprego, regista qualquer primeira experiência de trabalho relevante, quer tenha sido remunerada ou não.

4. Ser honesto

Mentir é uma perda do teu tempo e do tempo do teu potencial empregador. Podes achar que acrescentar alguns meses à tua permanência num emprego pode ser boa ideia, mas se fores apanhado nessa mentira poderás ter perdido a oportunidade.

5. Ser curto e conciso

Tenta escrever o teu currículo numa só página com uma folha em anexo para referências. Se não couber tudo, não reduces o corpo da letra. Qualquer dificuldade de leitura levará o teu potencial patrão a pôr de parte o teu currículo.

6. Ter em atenção a ortografia

Erros tipográficos e gramaticais significam que o teu currículo é arquivado de imediato. Nenhuma empresa irá querer dar emprego a alguém que nem se deu ao trabalho de rectificar o seu próprio currículo. Não é de confiar na correcção automática do computador, debes lê-lo tu mesmo e corrigires eventuais erros ou falhas.

7. Pedir uma segunda opinião

Deverás pedir a uma pessoa de fora que leia o teu currículo, uma vez que é muito útil para localizar erros ou dar sugestões. Dado que se trata do teu próprio currículo já o terás lido três ou quatro vezes e como tal torna-se difícil olhar para ele com clareza. Não debes tentar começar e acabar de fazer o teu currículo de uma vez só – debes sempre voltar a lê-lo passados alguns dias.

8. Outras actividades importantes

Não te esqueças de mencionar as tuas experiências como voluntário, no caso de alguma vez o teres exercido.

Dados Importantes

Elementos obrigatórios num CV

Dados pessoais

- Apelido
- Nomes próprios
- Data de nascimento
- Nacionalidade
- Estado civil
- Morada
- Telefone
- E-mail

Se te pedirem uma fotografia convém escolher uma que seja sóbria. Não a envies se não te pedirem.

O n.º do teu BI ou da tua conta bancária são pouco relevantes. Como tal convém omitir.

Formação

O diploma mais alto é o mais importante (deves indicar a instituição e a data de conclusão do curso).

A referência ao percurso do ensino secundário não é muito relevante.

Todos os outros cursos que frequentaste só se tornam importantes na medida em que digam respeito ao cargo para o qual te candidataste.

Conhecimento de línguas

Indica quais são as línguas que dominas e em que medida, exemplo “Inglês: bons conhecimentos, tanto falado como escrito”.

Experiência

Indica a tua função nas empresas em que trabalhaste, quando e durante quanto tempo. Deves fazer uma pequena descrição das tarefas que desempenhaste porque estas podem variar de empresa para empresa. Se ainda não tiveres experiência profissional podes recorrer a trabalhos de férias que tenham sido relevantes, a um trabalho temporário ou a um estágio.