
BAS/10 INSERCIÓ LABORAL. SERVEIS ÚTILS I BORSES DE FEINA

Aquesta és una obra derivada de Materials ACTIC – Citilab Cornellà i altres fonts documentals, amb llicència Creative Commons. Aquests materials han estat editats amb el tipus de lletra spranq eco sans font, la qual permet estalviar fins a un 25% de tinta/tòner.

Aquesta obra està subjecta a una llicència de Reconeixement - No Comercial -
Compartir Igual 3.0 de Espanya Creative Commons



1. INTRODUCCIÓ

Aquest taller no vol ser un servei d'acompanyament en la recerca de feina. Existeixen a la ciutat centres especialitzats en els processos de recerca de feina als que els alumnes us podeu dirigir per swer atesos per a professionals de la inserció laboral.

L'objectiu d'aquest taller és el de oferir als alumnes eines i recursos per poder incorporar les Tecnologies de la Informació i la Comunicació (TIC) en els seus propis processos de recerca de feina, siguin acompanyats per serveis professionals o siguin realitzats de forma autònoma.

Les TIC, i especialment internet han donat una nova dimensió als processos de recerca de feina. Sense deixar de banda els recursos més clàssics: els anuncis dels diaris, els contactes personals, les oficines del servei català d'ocupació, les empreses de treball temporal, etc.... la informàtica i les Tic ens donen la possibilitat de tenir una millor gestió i control sobre el procés de trobar o millorar la nostra feina però sobretot ens permeten a una gran informació del mercat de treball, accedir a borses de treball i sobretot a gestionar i de finir la nostra imatge, la nostra carta de presentació que complementa un historia de vida laboral, una experiència i formació, és a dir un Curriculum Vitae. La xarxa, internet, és un aliada nostra per a trobar feina, però l'hem de saber manegar, conèixer on podem trobar la informació que ens interessa i conèixer com definir la nostra personalitat digital, controlant la nostra empremta a la xarxa.

Què treballarem en aquest taller?

Doncs tots aquells elements i fases d'un procés de recerca de feina (activa per que estem buscant feina, o pasiva per que estem posicionant-nos davant del mercat de treball) en els que les TIC hi tenen un paper. No ens entretindrem en les eines i les fases del procés. Ho farem en les eines i recursos tecnològics (informàtics) amb els que treballar-ho:

1) Eines informàtiques per a la recerca de feina.

Eines i formats que podem usar per a la creació de documents necessaris per a la recerca de feina

- El Curriculum Vitae, la carta de presentació, les cartes d'autocandidatura, etc...

2) Els recursos i la informació que podem trobar a internet:

Eines d'informació i comunicació que podem usar i quina és la forma més eficaç de fer-ho

3) La identitat digital

Que és la identitat digital o que ens cal fer per a controlar la empremta que anem deixant a Internet

4) Millora del nostre grau d'ocupabilitat

Les TIC son un element cada vegada més present en l'actual mercat de treball. Conèixer l'eina i poder acreditar aquest coneixement és un element que millora el nostre currículum i ens fa, per tant, més ocupables.

2. EINES INFORMÀTIQUES PER A LA RECERCA DE FEINA

Un procés de recerca de feina es compon de diferents fases que poden ser consecutives o sol·lapar-se depenent de cada moment i estat del procés. Per a cada moment del procés haurem de saber triar la millor eina informàtica per a maximitzar-ne el rendiment.

LA CANDIDATURA

En tot procés de recerca de feina hi haurà un moment en que haurem de presentar la nostra candidatura: per que ens presentem a un procés de selecció, per que presentem la nostra autocandidatura a una empresa, per que presentem una idea de negoci a un possible soci, etc...

Quines eines podem usar?

1) Documents de text:

Per editar un Curriculum Vitae, escriure una carta de presentació, presentar les nostres credencials a un lloc de treball, etc...

Eines a usar: un programa editor de text. Recomanem usar el programa **Write del paquet ofimàtic OpenOffice**. (el podeu descarregar a softcala.org)

Aquest paquet ofimàtic, funciona en les plataformes (o Sistemes Operatius) més estesos. Es de codi obert i gratuït.

En un Curriculum Vitae sempre hi hem de posar una fotografia nostra recent. Per editar aquesta fotografia (definir-ne la mida, la resolució, etc...) podem usar el programa editor d'imatges **GIMP** (el podeu descarregar a softcala.org)

Format: Cal evitar els formats de documents que no siguin estàndards. No hem de confondre formats estàndards amb formats molt implantats que no tenen per que ser estàndards. En tot cas, ens hem d'assegurar que si el

document que hem editat haurà de ser enviat per mitjans electrònics ha de poder ser llegit pel receptor del nostre missatge. I això vol dir que el nostre document ha de tenir un format estàndard

Així mateix, la informació nostra que conté un d'aquests documents ha de ser preservada. Write d' OpenOffice permet convertir els documents, incloses les fotos que conté, a format .PDF

Quins formats usarem doncs?

Els que siguin estàndards:

ODT: Que es el format de text estàndard *Open Document* de OpenOffice

PDF: Portable Document Format. Especialment usarem aquest darrer, que a part de ser estàndard preserva la informació de ser manipulada. Un document .pdf pot ser encriptat i signat digitalment

La conversió d'un document .odt a un document .pdf, es fa des del propi programa Write d'OpenOffice.

Per a llegir un document .pdf cal tenir instal·lat al nostre ordinador amb sistema Windows o MAC un programa lector d'aquests fitxer (per exemple, el programa Acrobat Reader

Per a llegir un document .pdf cal tenir instal·lat al nostre ordinador amb sistema Linux el programa KPDF (entorn KDE) o Evince (entorn Gnome)

2) Presentacions

Tradicionalment el Curriculum Vitae és un document, en format paper o digital. Però en els darreres temps, la facilitat d'us de les eines tecnològiques està permeten l'aparició d'altres formats i suports per a presentar les nostres candidatures a ocupar un lloc

de treball o simplement estar en el mercat del treball.

Vídeo: Una forma alternativa de presentar la candidatura a un lloc de treball. En format de vídeo, la persona candidata les seves capacitats i aptituds i les seves ambicions professionals. Ve a ser una mena de vídeo promocional de la persona que cerca feina.

Per l'edició d'un vídeo serà suficient amb una càmera de vídeo i un ordinador amb connexió a internet. De totes formes, cal tenir present que aquest és un vídeo per a trobar feina, per tant hem de tenir la capacitat de fer-lo amb uns nivells de qualitat en la forma i el contingut acceptables i adequats per la candidatura presentada.

La distribució del vídeo es pot fer a partir de les moltes plataformes de publicació existents. Mai s'ha de pretendre enviar un vídeo per correu electrònic.

La més coneguda d'aquestes plataformes www.youtube.com, però n'hi ha d'altres)

Eines a usar: eines senzilles per editar el vídeo: Windows Movie Maker per a sistemes Windows, [Pitivi](#) per a sistemes Linux o [Videospin](#), sistema gratuït en línia

Blog: Un blog no és res més que una pàgina personal a internet. Un blog que vol ser un instrument que complementi el Curriculum Vitae ha de considerar la seva funció: trobar feina.

Aquest blog per tant haurà de mostrar qui som, que sabem fer, quina formació i experiència tenim...és a dir la mateixa informació bàsica que contindria el Curriculum Vitae tradicional però segurament estructurada d'una altra forma.

Aquesta estructura la determinarà el contingut del blog que volem mostrar.

Per exemple, una dissenyadora gràfica que està buscant feina publicarà els seus treballs (el portfolio). O bé, un actor d'anuncis, un model publicitari, publicarà les seves fotos (book)

Formats a usar: Tant els vídeos com les pàgines web (blocs) estaran publicats a internet, per tant hauréu d'enviar la nostra candidatura mitjançant un adreça d'internet. Per tant, el format de les nostres produccions dependran de la plataforma on es publiquin i seran independents dels programes instal·lats als equips dels receptors.

Eines a usar: Per a fer un blog, existeixen, tant a la internet "local" com a la resta, moltes eines de creació de blocs. Dues de les més populars són: <http://www.blogger.com/> (els blocs de google) i www.wordpress.com; totes dues són gratuïtes i permeten l'edició de continguts en múltiples formats de text i multimèdia.

LA RECERCA D'OPORTUNITATS DE TREBALL

La recerca d'ofertes de feina, d'empreses, de serveis d'inserció, d'informació del mercat laboral, d'oferta pública de treball, de serveis d'orientació per l'autoempresa i de tot allò que fa referència a un procés de recerca de feina té una gran presència a internet. Només cal saber buscar-la

Eines: necessitem un ordinador connectat a Internet i un navegador.

Un cop aquí hauréu d'afinar els criteris de cerca fent un ús eficient dels **cercadors**. Un molt bon cercador és www.google.es

Recomanem fer ús de les eines de marcadors dels navegadors, per anar guardant les adreces d'interès que hem trobat a internet. Si aquesta recerca la compartim, resulta interessant obrir un compte en una plataforma de marcadors socials, com pot ser delicio.us

Molts serveis de correu electrònic web, inclouen una **agenda** i un **gestor de tasques**. És molt interessant obrir el compte de correu en un d'aquests serveis, doncs ens ofereix també la

possibilitat de gestionar la nostra agenda i la nostra llista de **contactes**.

Els nostres contactes també poden ser una font important d'informació sobre ofertes de feina. Expliqueu-les-hi que esteu buscant feina...i amb les TIC feu-ho per correu electrònic i via les xarxes socials.

LA COMUNICACIÓ AMB L'OFERENT DE FEINA

Arriba el moment de fer arribar la nostra candidatura al lloc de treball que aspirem a ocupar.

A internet, això es pot fer de diverses maneres:

Per Formulari: moltes pàgines web d'ofertes i demandes de treball, no més permeten la comunicació amb elles mitjançant un formulari web. Cal estar alerta amb els camps d'informació que demanen, alguns son opcionals i altres son obligatoris i no es poden deixar d'omplir. En moltes ocasions ens demanaran informació que ajudarà al sistema a filtrar les ofertes de feina que us faran arribar i també per filtrar la vostra candidatura per a engegar processos de selecció per a ocupar vacants laborals. Tingueu cura d'aquests aspectes, determinaran on van a parar els vostres Currículums.

Per correu electrònic: el principal mitjà per a enviar els nostres Currículums.

Algunes recomanacions:

- Obriu una adreça de correu electrònic específica per a la recerca de feina. Assegureu-vos que el nom del correu triat està a l'alçada del procés que esteu fent. No dona massa bona impressió rebre un Currículum en un correu del tipus elpipiolio@yahoo.es
- Poseu en l'assumpte del correu la referència amb que s'identifica la plaça a la que voleu optar. Potser aquella empresa té oberts varis processos de selecció i ha de poder identificar clarament a quin presenteu la vostra candidatura.
- Aproveiteu el cos del missatge per a fer la vostra presentació i expressar els motius per els quals voleu optar a aquella plaça
- NO FEU SERVIR EL MATEIX CORREU per enviar vostre Currículum a més d'una candidatura.
- NO ESCRIVIU el correu amb majúscules. Eviteu també els tipus de lletra massa ornamentats

Per xarxes socials especialitzades: en el proper punt, parlarem de les xarxes socials i portals especialitzats en temes laborals. Cada un d'ells tindrà una forma particular de presentar la nostra informació

3. RECURSOS A INTERNET SOBRE EL MÓN DEL TREBALL

Recull d'adreces web sobre el món del treball:

ADMINISTRACIÓ

Servei d'Ocupació de Catalunya:

<http://www.oficinadetreball.cat/>

<https://feinaactiva.gencat.cat/>

Ofertes de feina, informació mercat laboral, ofertes de formació,

informació oficines SOC, tràmits en línia, etc...

Servei públic d'Ocupació Estatal

<https://www.redtrabaja.es/>

Ofertes de feina, informació mercat laboral, ofertes de formació, tràmits en línia, empreses, etc...

Departament de Treball de la Generalitat de Catalunya
www.gencat.cat/treball

El món del treball a Catalunya: drets dels treballadors i treballadores, calendaris laborals, convenis col·lectius, formació, ajuts, tràmits, etc....

Ajuntament de Barcelona

<http://www.barcelonactiva.cat/ocupacio>

Agència de desenvolupament local de la ciutat de Barcelona

Generalitat de Catalunya

<http://www.gencat.cat/oposicions/>

<http://www.gencat.cat/dogc/>

Gobierno de Espanya

http://www.060.es/te_ayudamos_a/trabaja_en_la_administracion/ips-ides-idweb.html

<http://www.boe.es/>

Unió europea

http://ec.europa.eu/spain/novedades/empleo/index_es.htm

http://europa.eu/epso/index_es.htm

BORSES DE TREBALL

Infojobs.net

<http://www.infojobs.net/>

Àmbit estatal. Generalista

Yaencontre.com

<http://www.yaencontre.com/empleo/>

Àmbit estatal. Generalista

Laboris.net

<http://www.laboris.net/>

Àmbit estatal. Generalista

Infoempleo.com

<http://www.infoempleo.com/>

Àmbit estatal. Generalista

Monster.es

<http://www.monster.es/>

Àmbit estatal. Generalista

Treballateca

<http://www.treballateca.com/>

Àmbit català. Generalista

infofeina

<http://www.infofeina.com/>

Àmbit català. Generalista

Departament Joventut.

<http://www6.gencat.cat/joventut/cataloga/portal/treball/treball11.htm>

Recull borses de treball a la xarxa

OFERTA PÚBLICA DE FEINA

INFORMACIÓ EMPRESES

Rutalia

<http://www.rutalia.net/>

Directori d'empreses. Àmbit Català

EMPREENEDORIA

Xarxa Inicia per a la creació d'empreses

<http://inicia.gencat.cat/>

Generalitat de Catalunya

COOPERATIVISME

Servei d'Economia Cooperativa

<http://www20.gencat.cat/portal/site/treball/menuitem.81ac5b6b3cd746a0a6740d63b0c0e1a0/?vgnextoid=831a9457199af110VgnVCM1000000b0c1e0aRCRD&vgnextchannel=831a9457199af110VgnVCM1000000b0c1e0aRCRD&vgnextfmt=default>

Generalitat de Catalunya

XARXES SOCIALS

Linked-in

<http://www.linkedin.com/>

Xarxa Social de contactes professionals. LinkedIn permet ampliar la nostra xarxa de contactes professionals: treballadors, professionals, empreses.

4. LA IDENTITAT DIGITAL

De la mateixa forma que cuidem la nostra imatge quan ens mostrem en públic, també hauríem de cuidar la nostra imatge digital a internet. Poc a poc, hem anat deixant la nostra empremta a internet, tan de forma voluntària, per que ens hem obert comptes ha diferents llocs, hem participat a fòrums i blogs o a xarxes socials, com de forma involuntària: s'han publicat les nostres notes d'un curs, l'administració ha publicat el nostre nom en algun lloc, un conegut a publicat alguna cosa onj nosaltres apareixem, o algun motor de recerca d'identitats com (www.123people.com) ha recopilat informació nostra de la xarxa.

Això acaba per configurar la nostra reputació digital a la xarxa. Cal tenir-la present i estar-hi a sobre, cuidar-la i assegurar-se que la informació que retorna la xarxa és la més s'assembla a la que nosaltres volem que sigui pública.

Proveu a fer-vos una cerca a internet; per exemple a google, busqueu-vos posant el vostre nom complert entre cometes. I a veure que surt!

Si sou usuaris de la web 2.0, teniu perfil a xarxes socials, teniu un repositori de fotografies a internet, etc...assegureu-vos de que la política de privacitat de la plataforma que us ofereix el servei, garanteix la privacitat de les dades que conté i us en permet el control.

Si això esta resolt, la resta ja serà més fàcil. Penseu, sempre que la vostra

presència a internet deixa rastre i que pot ser vista per altres.

I en un procés de selecció aquesta informació pot ser trobada per la persona contractant i no sempre podem estar segurs que la sàpiga ubicar en el lloc que li correspon, potser en la nostra esfera intima i no professional. Per tant tinguem cura dels continguts que posem a la xarxa i del nivell de publicitat que els hi donem.

Certificats i signatures Digitals: un certificat digital és un identificador digital que assegura i garanteix la identitat de les persones a internet.

Els nous DNIs electrònics ja disposen d'una signatura digital que ens identifica a internet. Una altra forma d'obtenir un identificador digital es via els que emet [l'Agència Catalana de Certificació - CatCert](#)

El certificat digital Permet operar amb diferents administracions i, a més, assegura la integritat de les dades que envieu, així com la seva confidencialitat. També permet fer altres operacions, com ara signar correus, documents electrònics i formularis web. Sense la signatura electrònica els tràmits telemàtics no tenen validesa, ja que la xarxa electrònica no ofereix el nivell de seguretat necessari per garantir les vostres dades.

5. ACREDITACIÓ DE COMPETÈNCIES DIGITALS: EL CERTIFICAT ACTIC

Actualment, tots els Curriculums tenen un apartat que fa referència als coneixements informàtics del candidat. Excepte per a les titulacions específiques o per certificats molt especialitzats, fins ara no era possible acreditar aquests coneixements.

Ara, això ja es possible mitjançant l'acreditació ACTIC. Si el teu nivell de domini de les TIC és suficient, es molt recomanable que l'acreditis fent les proves de l'ACTIC

Què és l'ACTIC?

La sigla ACTIC correspon a la denominació "acreditació de competències en tecnologies de la informació i la comunicació".

L'ACTIC és el certificat acreditatiu de la competència digital, entesa com la combinació de coneixements, habilitats i actituds en l'àmbit de les tecnologies de la informació i la comunicació que les persones despleguen en situacions reals per assolir objectius determinats amb eficàcia i eficiència.

L'ACTIC permet a qualsevol persona de més de 16 anys demostrar les seves competències TIC mitjançant una prova per ordinador. Tant la prova com l'obtenció del certificat son telemàtics.

Les persones que superen satisfactòriament la prova obtenen un certificat acreditatiu que emet la Generalitat, i que els possibilita acreditar un determinat nivell de competències (bàsic, mitjà o avançat) en TIC davant de qualsevol empresa o administració.

On us podeu informar?: a la plana web oficial de l'[ACTIC](#)