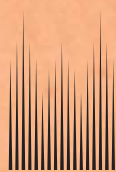




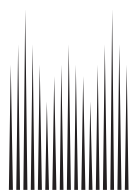
Guía para a busca activa de emprego



CONCELLO DE
SANTIAGO

Concellaría de Promoción
Económica e Emprego

Guía para a busca activa de emprego



**CONCELLO DE
SANTIAGO**

Concellaría de Promoción
Económica e Emprego

Índice

1.- Introducción	5
2.- O Itinerario Profesional	7
2.1.- As túas posibilidades	7
2.2.- Empregos preferentes	9
2.3.- O teu Proxecto Profesional	12
3.- Tendencias do Mercado laboral	17
3.1.- O emprego en Europa	18
3.2.- O emprego en España	19
3.3.- O emprego en Galicia	23
3.4.- O emprego en Santiago de Compostela	29
3.5.- Os Novos xacementos de emprego	36
4.- A busca activa de emprego	43
4.1.- Por conta propia	43
4.2.- Por conta allea	49
5.- Instrumentos para a busca activa de emprego	57
5.1.- Fontes de información e recursos	57
5.1.1. Oficinas do Servizo Público de Emprego	60
5.1.2. Centros de Formación Ocupacional	63
5.1.3. Centros de Información Xuvenil	65
5.1.4. Centros de Información á muller (CIM)	66
5.1.5. Universidades	66
5.1.6. Rede Eures	67
5.1.7. Sindicatos	68
5.1.8. Empresas e Confederacións/Asociacións de Empresariado	71
5.1.9. Empresas de Traballo Temporal (ETT's)	74
5.1.10. Consultoras de Recursos Humanos	77
5.1.11. Colexios e Asociacións Profesionais	81
5.1.12. Cámaras de Comercio	93
5.1.13. Fundacións	94
5.1.14. Rede de Contactos	97
5.1.15. Prensa diaria e suplementos de emprego dominicais	98
5.1.16. Anuarios, Guías e Directorios de empresas	99
5.1.17. Foros e Seminarios	100
5.1.18. Feiras de Emprego	100
5.1.19. Programas de radio e televisión	101
5.1.20. Internet e Portais de Emprego	101
5.1.21. Outras fontes	108

5.2.- Ferramentas para a busca activa	112
5.2.1. A Carta de presentación	114
5.2.2. O Curriculum Vitae	123
6.- Os procesos de selección	139
7.- Glosario de termos	151
8.- Anexo. Planning para a busca activa de emprego	153
9.- Bibliografía	155

1. Introducción

Prepararse para afrontar de maneira adecuada a transición á vida activa, nun mercado laboral, caracterizado pola súa complexidade e incerteza, obriga ás persoas demandantes a unha continua toma de decisións sobre as opcións profesionais e laborais; amosando a urxente necesidade de acadar as habilidades necesarias e coñecer os mecanismos e ferramentas de busca de emprego a utilizar.

Dar resposta ós requirimentos e expectativas deste mercado laboral aberto, amosar as nosas capacidades e habilidades profesionais, evidenciar a adecuación do noso nivel de aprendizaxe, actitudes e valores, esixíranos ter unha intención firme de actuar e incrementar de xeito cotiá o noso "capital", a nosa "empregabilidade", nun escenario onde os empregos son escasos e competidos.

Sabemos que as competencias para o emprego, ó igual que as actitudes, non son potencialidades conxénitas, senón que forman parte da construción persistente de cada persoa, do que se quere facer ou ser no mercado de traballo e da nosa capacidade para asumir o control e a responsabilidade do noso futuro.

Neste sentido, esta guía para a busca activa de emprego persegue unha dobre intencionalidade:

- **En primeiro lugar**, animarte a que realices unha busca de emprego planificada e efectiva.
- **En segundo lugar**, mellorar as túas posibilidades, capacidades e habilidades propias na procura de emprego.

Nela, encontrarás información sobre a situación actual do mercado de traballo; propostas sobre as estratexias e técnicas a seguir para unha busca activa de emprego tanto por conta allea como por conta propia, sobre as fontes de información e recursos existentes e sobre os procesos de selección. Igualmente encontrarás un inventario de recursos de interese, dispoñibles no noso entorno e na internet.

Coa finalidade de que esta guía se convirta nunha ferramenta axil e dinámica para a busca activa de emprego, apóstase por unha metodoloxía construtiva, baseada na caracterización dunha serie de personaxes que irán aparecendo ao longo da mesma e que, a través dos seus perfiles e proxectos profesionais, amosaránnos diferentes técnicas e estratexias para realizar unha busca activa de emprego. Estas personaxes son as seguintes:



1. Introducción



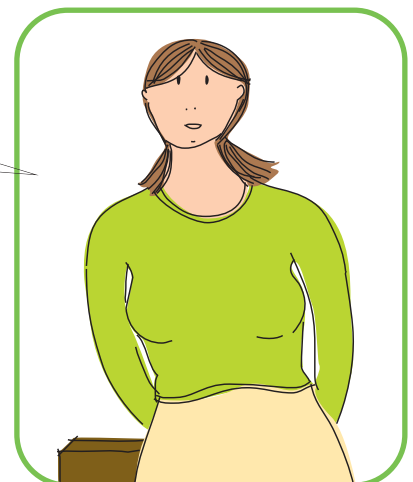
Eu
son Lois, teño 23 anos,
actualmente, busco emprego
como Técnico Superior en
Animación Sociocultural



Ola
son María, teño 52
anos e gustaríame nun
futuro próximo montar o
meu propio negocio



Ola
son Pablo, teño 28
anos, e nestes momentos
preparo unhas oposicións



Chámome
Carme, teño 47 anos e
busco emprego na
empresa privada

2. O Itinerario Profesional

Especialmente cando nos enfrontamos ó noso primeiro emprego, á saída do centro educativo, instituto ou facultade, sentimos moita inseguridade para determinar a nosa meta profesional e encarar a busca de emprego.

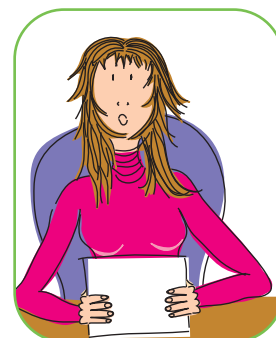
Unha das causas deste atranco, na transición á vida activa, pode ser o escaso coñecemento que posuímos dos actuais requirimentos do mercado laboral, ou mesmo, da súa propia configuración, que en moitas ocupacións e ámbitos presenta unha situación complicada porque os empregos son insuficientes.

Nesta situación, non podemos esquecer, nunca, que todas as persoas, necesitamos insertarnos sociolaboralmente, precisamos de independencia económica e persoal, ser efectivas como persoas e como membros dunha comunidade, desenvolver as nosas capacidades e continuar aumentando os nosos coñecementos, habilidades e actitudes positivas para a vida.

Por iso, precisamos o ánimo firme, mantermos optimistas e positivas ata o momento da consecución do emprego.

Encontrar traballo depende de diversos factores, algúns externos a nos, que non podemos controlar, como a situación sociolaboral, as políticas de emprego ou a competencia no mercado globalizado. Pero existen outros moitos, factores internos, que si dependen de nos, e que podemos controlar; son os relacionados coa definición do noso perfil profesional, competencias, destrezas, actitudes ou motivacións na busca, estratexias utilizadas, etc.

Temos que optimizar todos estes factores para que a busca sexa frutífera, facendo un primeiro esforzo para recoñecer as nosas posibilidades efectivas e trazar un itinerario profesional a seguir, ata a consecución do posto de traballo.



Sabela, orientadora laboral



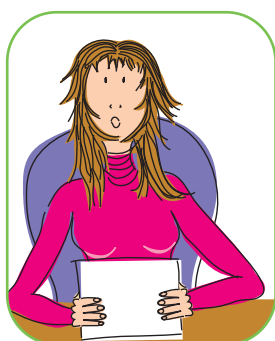
IDEA CLAVE

A busca de emprego é unha tarefa que debe estar o máis estruturada posible. Nesta tarefa é moi importante a túa implicación, constancia e capacidade de planificación.

2.1. As túas posibilidades

Antes de comezar coa busca de emprego é necesario ter claro que tipo de emprego estás a buscar, cales se adaptan máis ás túas características e posibilidades.

O primeiro paso para levar a cabo unha busca activa de emprego é concienciarte de que esta é unha tarefa planificada e estruturada, un proceso no que debes realizar un itinerario onde quede definido o teu perfil profesional, reflexionando sobre os seguintes aspectos:



2. O itinerario profesional

Define o teu perfil profesional

Quen son? Define as túas características personais

(segura, activa, creativa, puntual, esixente, flexible, adaptable, activa...)
 Ex: Cales son as miñas necesidades personais? Como actuo ante situacións adversas? Asumo as miñas responsabilidades? Que é o que máis me motiva no traballo? Gústame mandar? Son unha persoa creativa?, ...

Que formación teño?

Formación académica e formación complementaria

Que sei facer?

Experiencia laboral (prácticas, becas, voluntariado, contratos...). Escribe todo o que levas feito ata o momento. Estarás elaborando un primeiro borrador do teu curriculum vitae.

Empregos ós que podo optar

(partindo da tua formación e experiencia laboral)

En que quero traballar? Preferencias

Tes que ter ben decidido o posto que buscas e en que sector. Elimina os sectores que non te atraen, clasifica por orde de preferencia os que te interesan e busca información sobre cada sector seleccionado

Que requisitos se lles demanda ás persoas candidatas?

Necesitas saber cales son normalmente, as competencias que se precisan

Son suficientes os coñecementos, destrezas e actitudes que posúes?

Debes estudar a adecuación entre o perfil que se solicita e o que ti posúes.

Puntos Fortes

Ex: Cales son as miñas mellores cualidades? Cal foi o meu maior éxito ata o momento?...

Puntos Débiles

Ex: Cales son os meus peores defectos? Cal foi o meu maior fracaso ata o momento?...

Condicións laborais que aceptaría

(tipo de xornada laboral, desprazamento, traballo individual/en equipo...)

A selección de persoal non é unha técnica exacta, polo contrario, é unha tarefa por aproximacións sucesivas, onde se decide sobre os resultados máis adaptados ó perfil dun posto determinado. Estúdase cales son as persoas candidatas máis axustadas ó posto.

As persoas encargadas da realización dos procesos de selección tratarán de coñecerte para valorar a túa adecuación, ti terás que procurar xogar con vantaxe: debes saber cales poden ser as túas posibilidades, coñecerte.


2.2. Empregos preferentes

Sempre terás maiores posibilidades de éxito, si comezas a busca por empregos preferentes, aqueles que máis se axustan o teu perfil. E para iso cúmprenos saber, cales son os requisitos que se piden para cada posto de traballo?.

Normalmente, unha empresa, para poder realizar un axeitado proceso de incorporación de persoal, precisa ter definido previamente a "descrición dos postos de traballo" cos seus respectivos "perfiles". A súa finalidade é ter a información suficiente para determinar que cualidades, características e aptitudes deben reunir as persoas que aspiren a incorporarse á mesma.

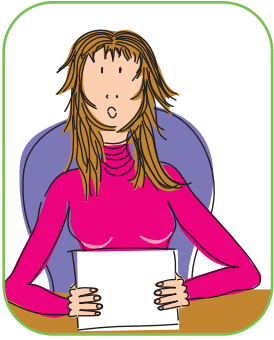
Elementos que se recollen habitualmente na descrición do posto de traballo:

Descrición do posto	Perfil do posto
<p>① Identificación Denominación do posto, situación o organigrama da empresa</p> <p>② Obxectivo xeral Cometido específico</p> <p>③ Funcións, actividades e/ou tarefas Redacción pormenorizada de actividades a desenvolver; habituais, frecuentes e esporádicas</p> <p>④ Ámbito de actuación Responsabilidades e prioridades do desempeño, nivel de autonomía e capacidade de decisión. Relacións internas e externas: Quén é o seu mando superior inmediato, equipo do que forma parte...</p> <p>⑤ Condicións xerais do posto de traballo Ambiente de traballo, riscos, remuneración, tipo contrato...</p>	<p>① Perfil Nome da ocupación</p> <p>② Formación e experiencia Formación necesaria e complementaria, experiencia...</p> <p>③ Coñecementos específicos Areas ou niveis de coñecemento</p> <p>④ Habilidades e destrezas Requisitos físicos, aptitudinais e rasgos de carácter</p> <p>⑤ Adestramento Formación por conta da empresa</p>

LEMBRA 

Tes que ter claro:
 ¿En que queres traballar?
 Tés que ter ben decidido o posto que buscas e en que sector.
 ¿Qué requisitos se demandan ?
 Necesitas saber cales son normalmente, as competencias que se precisan.
 ¿Son suficientemente validos os coñecementos, destrezas e actitudes que posúes?
 Debes estudar a adecuación entre o perfil que se solicita e o que ti posúes.

2. O itinerario profesional



Vexamos algún exemplo:

Descrición do posto de traballo

1.- Identificación

Arquiveiro/a

2.- Obxectivo xeral

Resgardar documentos, expedientes e demais información, organizando e executando actividades de clasificación, codificación e custodia de documentos, a fin de manter información actualizada e organizada a disposición da organización.

3.- Funcións, actividades e/ou tarefas

- Coordina e controla a recepción da documentación
- Identifica as carpetas onde vai as ser arquivado o material
- Recibe material para arquivar
- Clasifica o material para arquivar
- Codifica o material para arquivar, de acordo ao código establecido
- Suministra expedientes e/ou documentos ás diferentes unidades, segundo a normativa vixente
- Efectúa a lectura dos documentos a arquivar
- Arquiva nos expedientes correspondentes os documentos recibidos
- Empraza as carpetas novas nos seus respectivos arquivadores
- Retirar e incorpora expedientes, carpetas con documentos ou outros novos arquivadores
- Realiza inventarios de arquivos, para a evacuación de expedientes de inactivos e documentos que caducaron
- Vela pola conservación, restauración e mantemento da documentación
- Participa no deseño e execución de instrumentos técnicos
- Leva o control de prestamos de expedientes e ou documentos
- Revisa os controis de prestamos para verificar a data de vencemento
- Proporciona información do material arquivado, segundo as normas establecidas
- Actualiza o Thesouro en termos claves
- Planifica, coordina, supervisa e controla as actividades dos auxiliares de arquivo adscritos á unidade
- Vela polo cumprimento dos regulamentos, normas e procedementos da unidade
- Atende e resolve problemas que se presentan no arquivo
- Opera un microordenador para incorporar información
- Cumpre coas normas e procedementos en materia de seguridade integral, establecidos pola organización
- Mantén en orden equipo e sitio de traballo, reportando calquera anomalía
- Elabora informes periódicos das actividades realizadas
- Realizar calquera outra tarefa afín que lle sexa asignada

4.- Ámbito de actuación

4.1. - Responsabilidade

4.1.1.- Materiais:

Manexa constantemente equipos e materiais de fácil uso, sendo a súa responsabilidade directa e manexa periodicamente equipos e materiais medianamente complexos, sendo

a súa responsabilidade indirecta.

4.1.2.- Diñeiro:

É responsable indirecta/o da custodia de materiais

4.1.3.- Información confidencial:

Manexa en forma indirecta un grado de confidencialidade medio

4.2.- Toma de decisións:

As decisións que se toman baséanse en políticas específicas, en procedementos definidos para lograr obxectivos específicos, mellorar métodos ou establecer técnicas e estándares, a nivel operativo.

4.3.- Supervisión:

O cargo recibe supervisión específica de maneira directa e periódicas e exerce unha supervisión específica de maneira directa e constante.

4.4.- Relacións internas e externas:

4.4.1.- Relacións internas:

O cargo mantén relacións continuas coas diferentes unidades da dependencia, estudian-tado, profesorado, funcionariado da institución e auxiliares de arquivo, a fin de executar e/ou controlar o relativo á área, esixíndose para iso unha normal habilidade para obter cooperación

4.4.2.- Relacións externas

O cargo mantén relacións frecuentes co público en xeral, a fin de executar o relativo á área, esixíndose para iso unha normal habilidade para obter cooperación.

5.- Condicións ambientais e riscos de traballo

5.1.- Ambiente de traballo

O cargo emprazase nun sitio pechado, xeralmente agradable e mantén contacto con axentes contaminantes

5.2.- Risco

O cargo está sometido a enfermidade con unha magnitude de risco leve, con posibilidade de ocorrencia media

5.3.- Esfuerzo:

O cargo esixe un esforzo de estar sentada/o constantemente e camiñando periodicamente, e e require dun grado de precisión manual baixo un grado de precisión visual medio.

Perfil profesional

1.- Perfil

Arquiveira/o

2.- Formación e experiencia

2.1.- Formación preferente:

Licenciatura en arquivos e bibliotecas, historia ou similar

2.2.- Experiencia

Un ano de experiencia na área de arquivo

2.3.- Formación complementaria

Curso completo de arquivo de máis de 200 horas

2. O itinerario profesional

3.- Coñecementos en:

Técnicas, procedementos e sistemas de arquivo
 Procedementos de oficina
 Ofimática

4.- Habilidade e destrezas:

Tratar en forma cortés e efectiva con funcionariado e público en xeral
 Dar instrucións en forma clara e precisa
 Redactar informes sinxelos de oficina
 Supervisar persoal
 Seguir instrucións orais e escritas
 Clasificación e ordenación de material a arquivar
 Manexo de arquivo e kardex

5.- Adestramento requirido

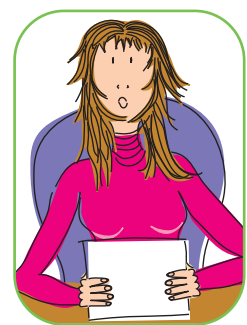
Técnicas actualizadas de arquivo
 Arquivo informatizado
 Relacións humanas e atención ó público
 Técnicas de supervisión e control

As persoas especialistas en selección de persoal, cando queren obter datos efectivos das cualidades precisas para un posto de traballo estudian a actitude das persoas que en ese momento desempeñan traballos do mesmo tipo ou ben, no suposto en que non sexa posible reunir información dentro da empresa, vense na obriga de formar un xuízo propio sobre as condicións, formación, coñecementos e experiencia que precisa dito posto de traballo.

Procura definir unha ou dúas ocupacións, obxectivo de partida, "nucleares" e outras tantas relacionadas que tamén desenvolverás (exemplo: como técnico/a en informática, tamén optarías a empregos de operador/a de informática, deseñador/a de páxinas web, etc.)

2.3. Proxecto Profesional

Unha vez analizado o teu propio perfil persoal e profesional, así como, os requirimentos do mercado de traballo, "grosso modo", debes dar un novo paso: planificar o teu proxecto profesional, é dicir, en que queres e podes traballar. O obxectivo da súa definición é avaliar a túa experiencia e formación e identificar as túas capacidades e habilidades.



1. Decídete por unha ou varias opcións de emprego preferentes.

Recorda que a túa meta final é encontrar emprego, entre as diferentes opcións que teñas revisado, precisas:

- Orientarte a campos laborais con maiores posibilidades no mercado.
- Nalgún caso, adaptarte ós diferentes factores persoais esixidos.
- Ter amplitude de horizontes



IDEA CLAVE

Utilizando o coñecemento que tes de ti mesma/o e a información e datos sobre posibles empregos, valora o nivel de adecuación do teu perfil cos dos postos ofertados. Isto, permitirache ver con claridade os aspectos coincidentes, facilitando a túa decisión sobre os empregos ós que queres e podes optar.

LEMBRA

Non debes esquecer a túa polivalencia, o mercado de traballo é cada vez máis flexible e ti tes que estar preparada/o para adaptarte a unha demanda cambiante.

2. Estudia alternativas

Diante de cada obxectivo ocupacional, marca as posibles alternativas que tes, en función de si precisas ou non formación adicional ou experiencia para desempeñala de maneira adecuada, ou pola contra, si xa estás preparado/a para iniciar a busca de emprego de xeito activo. Valora posibles alternativas en función de cada caso:


- Formación (cursos, ...)
- Experiencia (prácticas, traballo ad honorem, ...)
- Busca inmediata por conta propia ou por conta allea

3. Actividades

Serán as actuacións específicas para a posta en marcha das posibles alternativas, e que consistirán en preparar as túas ferramentas de busca, continuar investigando de maneira máis concreta o mercado de traballo e achegarse a empresas en demanda de información e emprego.

Planifica o teu Proxecto Profesional
<p>Que quero facer? Expresa as túas aspiracións ou intereses profesionais</p>
<p>Que obxectivo/s profesional/is teño?</p>
<p>Autoanalise das miñas aptitudes e competencias</p>
<p>Autoanálise dos rasgos da miña personalidade</p>
<p>Que me falta para poder conseguir o meu/s obxectivo/s profesional/?</p>
<p>Que pasos/tarefas teño que facer para conseguilo? Como me organizo? En relación coa formación, a experiencia profesional e con outros aspectos Ex: Realizar un listado das empresas (en base a referencias doutras persoas, anuarios profesionais, prensa, etc.) susceptibles de necesitar a persoal coas túas características. Leva a cabo una busca minuciosa de información útil acerca de cada empresa, para redactar o curriculum vitae e a carta personalizada. Redacta e enviar un curriculum personalizado, acompañado dunha carta de candidatura feita á medida de cada empresa concreta.</p>
<p>Que alternativas teño por se algo falla?</p>

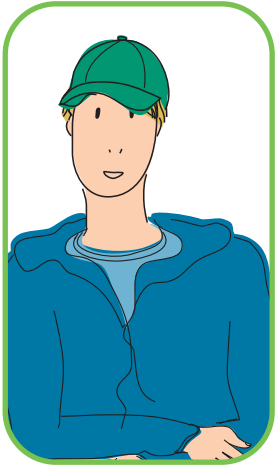
Vexamos algún exemplo práctico de como elaborar o teu proxecto profesional:



IDEA CLAVE

A planificación dun proxecto profesional constitue un proceso de orientación conxunta entre demandante e orientador/a, que ten como obxectivo coñecer, no momento actual, a situación persoal e profesional do/a demandante, coa finalidade de incrementar as posibilidades de acceder ó ámbito laboral, ofrecendo recursos de axuda para que cada demandante poida deseñar a súa propia traxectoria profesional e/ou formativa a corto, medio e longo prazo.

2. O itinerario profesional



Lois, Técnico en Animación Sociocultural

PROXECTO PROFESIONAL

ANALISE DAS MIÑAS APTITUDES

- Resultados positivos na miña formación académica
- Capacidade na adquisición de novos aprendizaxes.
- Boa capacidade para comprender ideas e boa fluidez verbal (riqueza de vocabulario).
- Dificultades para o cálculo de operacións matemáticas con rapidez.
- Facilidade para o razonamento, resúltame doado resolver problemas que se me plantexan.
- Pensamento analítico e práctico.

RASGOS DA MIÑA PERSONALIDADE

Dentro dos aspectos máis significativos da miña forma de ser, destaco:

- actitude diplomática e adaptable, pouco dominante e autoritaria, tendo a acomodarme facilmente ante as necesidades das demais persoas.
- cun carácter reflexivo y cauteloso
- son unha persona natural, tanto coas miñas amizades como con familiares.
- son unha persoa práctica.

DE QUE COMPETENCIAS PROFESIONAIS DISPOÑO?

- Alto grado de responsabilidade e exixencia en relación ao ámbito laboral.
- Organizado, gústame planificar tarefas coa finalidade de adiantarme ás dificultades e imprevistos.
- Capacidade de traballo en equipo, adaptándome con facilidade aos diferentes grupos e colaborando en todo aquilo que sexa necesario.
- Facilidade para establecer contactos e manter relacións interpersonais.
- Facilidade para a resolución de problemas, competencia requerida e valorada na miña profesión.

INTERESES PROFESIONAIS

En referencia aos meus intereses profesionais, actualmente teño interese polas seguintes áreas laborais:

- Socio-Educativa.
- Cultural/Artística.
- Tempo libre e de lecer.

OBXECTIVO/S PROFESIONAL/IS

QUE ME FALTA PARA PODER CONSEGUIR O MEU/S OBXECTIVO/S PROFESIONAL/IS?

ÁMBITOS DE TRABALLO

Os ámbitos profesionais onde podería desenvolverme profesionalmente serían, entre outros:

- Animación sociocultural e tempo libre
- Servizos sociais de base, infancia e adolescencia
- Educación de Persoas adultas
- Terceira Idade

OCUPACIÓNS QUE PODERÍA DESENVOLVER SEGUNDO O MEU PERFIL

Algunhas das ocupacións que podería desenvolver e que se axustan ao meu perfil profesional son, entre outras:

- Animador Sociocultural.
- Animador infantil.
- Monitor/Director de tiempo libre.
- Técnico de información xuvenil.
- Técnico de Ludotecas.
- Educador de rúa .
- Educador de persoas adultas.

COÑECEMENTOS NECESARIOS

- Coñecemento do medio no que vai a intervenir van a educar (análise da realidade do seu entorno laboral).
- Proceso do seu desenvolvemento persoal: Psicoloxía evolutiva, etc.
- Pedagogía.
- Dinámica de Grupos.
- Recursos e técnicas de animación sociocultural e educación.
- Xestión de asociacións e grupos de traballo.
- Educación en valores: coeducación, educación afectivo- sexual, educación intercultural, educación ambiental...

HABILIDADES E ACTITUDES

As habilidades requeridas para estas ocupacións son:

- Empatía.
- Asertividade.
- Persoa activa e dinámica.
- Sociabilidade, capacidade de relacións humanas. Carácter aberto.
- Responsabilidade.
- Compromiso coa sociedade.
- Cooperación.
- Respetuoso coas demais persoas.
- Flexibilidade e tolerancia (nin discriminativo, nin sexista).

COMPETENCIAS

- Saber buscar e usar a información e os recursos.
- Creatividade e capacidade de innovación.
- Iniciativa e toma de decisións.
- Resolución de conflitos. Saber reaccionar antes situacións de risco.
- Liderazgo e dotes de organización.
- Control emocional e escoita activa.
- Capacidade de traballo en equipo.
- Deseño, implementación e avaliación de proxectos de intervención comunitaria.

2. O itinerario profesional

FORMACIÓN REQUERIDA

Pode ser do meu interese a realización dunha carreira universitaria relacionada coa miña formación, como pode ser a Diplomatura en Educación Social, ou ben realizar cursos de formación continua. Poden ser cursos específicos dentro do campo dos servizos sociais, da educación ou doutros ámbitos como pode ser a informática ou os idiomas, tan valorados hoxe en día no mercado laboral.

TAREFAS A DESENVOLVER NESTAS OCUPACIÓNS

- Detección de diferentes problemáticas sociais e as súas causas. Diagnose de necesidades sociais.
- Relacións con diversos axentes sociais, institucións e coa poboación destinataria.
- Animación grupal e comunitaria.
- Educación en valores e actitudes e intervención para a mellora do benestar social da comunidade.
- Formación, información, orientación e asesoramento individualizado.
- Deseño, xestión, implementación e avaliación de proxectos de intervención comunitaria.
- Deseño e difusión de bens artísticos e culturais.
- Coordinación con diferentes profesionais de cara o deseño de estratexias comúns de intervención.

COMO OPTAR A ESTE TIPO DE OCUPACIÓNS

Pódese optar a este tipo de ocupacións, a través de:

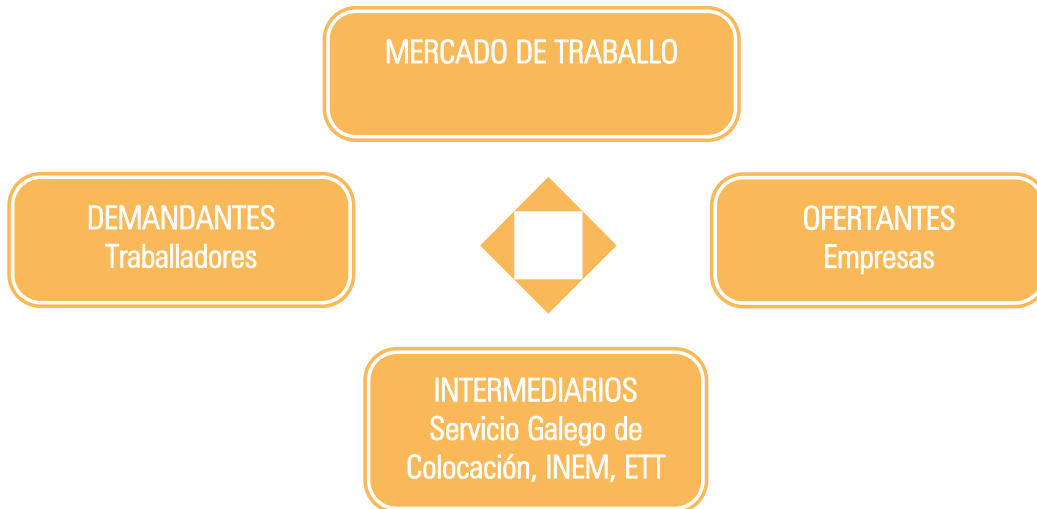
- As Administracións Públicas: a través de oposición ou concurso.
- Entidades Privadas: tanto as empresas como as asociacións, con o sen ánimo de lucro, que requiren a especialistas cun perfil similar.
- O exercicio libre da profesión: exercer o traballo como profesional por conta propia.

LEMBRA

O traballo de "buscar e atopar traballo" pode resultar, ás veces, longo e difícil, pero se o planificas correctamente e te organizas e, ó mesmo tempo, mantés unha actitude positiva e activa hacia esta busca, pódese converter nun camino máis doado.

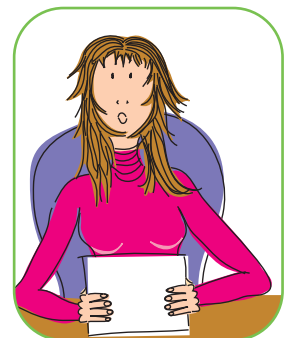
3 . Tendencias do Mercado laboral

Definimos o mercado de traballo como o conxunto de relacións entre a oferta e a demanda de traballo como factor produtivo.



Para actuar de forma eficaz na busca de emprego debes coñecer o funcionamento e as características do entorno sociolaboral, pois este, marcará parte das túas posibilidades actuais e futuras de acceder ó emprego. Este entorno é altamente cambiante e dinámico. Algunha das súas características son:

Cambios no modo de produción	Novas formas de traballo
<ul style="list-style-type: none"> ● Frecuente renovación dos equipos e maquinaria, asociados á automatización e informatización. ● Mobilidade laboral, con cambios nos postos de traballo e diversificación de tarefas. ● Subcontratacións a outras empresas. ● Traballar nun entorno sen límites xeográficos ou temporais. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Aumenta espectacularmente o emprego atípico (contratos a tempo parcial, con ETT, en formación e prácticas, teletraballo, a domicilio, ...) ● Traballos de utilidade social ou "ad honorem" como o voluntariado, son considerados experiencia laboral aínda que carezan de remuneración. ● Aumento de autónomas/os forzosas/os, especialmente entre as persoas que se queren reincorporar ó mercado laboral ● Aparecen novas tendencias na utilización do tempo de traballo e na definición da xornada laboral. ● Xorden novas ocupacións, novos xacementos de emprego...
Variacións na formación requirida para o desempeño do posto	Cambio na maneira de entender a organización da empresa
<ul style="list-style-type: none"> ● Aumenta os postos cualificados e a man de obra mellor formada ● Precísase formación continua e o reciclaxe detraballadoras/es. A formación caduca con rapidez ● Coñecementos de informática a nivel usuaria/o 	<p>A nova cultura de empresa da importancia á motivación, formación e participación</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Organización flexible, dinámica, máis áxil. ● Busca da calidade



IDEA CLAVE

Para iniciar con realismo a túa busca de emprego debes coñecer o mercado laboral no que te vas a mover.

3. Tendencias do mercado laboral

LEMBRA

É importante saber que o mercado de traballo é cambiante, modifícase constantemente en función da evolución da nosa sociedade, polo que tes que estar ao tanto destes cambios.

Como vemos, as novas tendencias do mercado de traballo, requiren a todas as persoas traballadoras unha actitude de predisposición permanente ó cambio, en condicións de polivalencia e abertos a plurifuncionalidade.

3.1. O emprego en Europa

Nun contexto de fortes restricións presupostarías e unha crecente competencia económica a escala mundial, a Unión Europea mantén como obxectivo prioritario o aumento da taxa de emprego. Na actualidade a taxa de paro sitúase na Europa dos vinteseite entornos ó 7,1% (Eurostat).

Táboa 1: Taxas de desemprego por sexos, EU, 2006 e 2007 (porcentaxe).

	2006			2007		
	Total	Femenina	Masculina	Total	Femenina	Masculino
EU (27 países)	8.2	8.9	7.6	7.1	7.8	6.6
Euro zona	8.2	9.3	7.4	7.4	8.4	6.6
Alemania	9.8	9.4	10.2	8.4	8.3	8.4
Austria	4.7	5.2	4.4	4.4	5.0	3.9
Bélgica	8.2	9.3	7.4	7.5	8.5	6.7
Bulgaria	9.0	9.3	8.6	6.9	7.3	6.5
Chipre	4.6	5.4	4.0	3.9	4.6	3.3
Dinamarca	3.9	4.5	3.3	3.7	4.1	3.4
Eslovaquia	13.4	14.7	12.3	11.3	12.8	10.0
Eslovenia	6.0	7.2	4.9	4.7	5.8	3.8
España	8.5	11.6	6.3	8.3	10.9	6.4
Estonia	5.9	5.6	6.2	4.9	4.0	5.8
Finlandia	7.7	8.1	7.4	6.9	7.2	6.5
Francia	9.2	10.1	8.4	8.3	8.8	7.9
Grecia	8.9	13.6	5.6	:	:	:
Hungría	7.5	7.8	7.2	7.2	7.6	7.0
Irlanda	4.4	4.1	4.6	4.5	4.1	4.7
Italia	6.8	8.8	5.4	:	:	:
Letonia	6.8	6.2	7.4	5.9	5.4	6.4
Lituania	5.6	5.4	5.8	4.3	4.4	4.1
Luxemburgo	4.7	6.2	3.5	4.7	5.7	4.0
Malta	7.3	8.9	6.5	6.3	7.6	5.7
Países Baixos	3.9	4.4	3.5	3.2	3.6	2.8
Polonia	13.8	14.9	13.0	9.6	10.4	9.0
Portugal	7.7	9.0	6.5	8.0	9.6	6.6
Reino Unido	5.3	4.9	5.7	:	:	:
República Checa	7.1	8.8	5.8	5.3	6.7	4.3
Rumania	7.3	6.1	8.2	:	:	:
Suecia	7.1	7.2	6.9	6.1	6.4	5.8

3. Tendencias do mercado laboral

Logo do cumio do emprego de 1997, a Unión Europea confirma unha nova estratexia de emprego para Europa. Lanza un programa de acción, con catro liñas prioritarias:

- O fomento dun novo clima de espírito empresarial, que impulse a creación de máis e mellores postos de traballo.
- Unha especial concentración na capacidade de inserción profesional, co fin de reducir as lagoas de capacitación e dotar a un maior número de persoas traballadoras da preparación necesaria para ocupar os postos de traballo de nova creación.
- A necesidade de fomentar a adaptabilidade, para que empresas e traballadores e traballadoras estean debidamente preparadas para superar os cambios no lugar de traballo.
- Defensa da igualdade de oportunidades, para que a economía se beneficie da formación de toda a cidadanía.



IDEA CLAVE

Encontrámonos dentro dun mercado laboral globalizado que exige a traballadoras e traballadores dunha maior flexibilidade para adaptarse ás súas necesidades reais e, polo tanto, dunha maior mobilidade xeográfica, polo que temos que ampliar a nosos ámbitos de busca de emprego, tanto a nivel estatal, como comunitario e internacional.

3.2. O emprego en España

Segundo as cifras ofrecidas pola Enquisa de Poboación Activa (EPA) no IV trimestre do ano 2007, a poboación total (ambos sexos) de 16 anos en diante presenta os seguintes datos:

Táboa 2: Características da poboación de 16 anos en diante por sexos, España, IV trimestre do ano 2007 (unidades, porcentaxe)

	Total Valores absolutos	Mulleres	Homes	Porcentaxes
1. Poboación 16 anos e mais (1+2)	37.896,9	19.298,5	18.598,4	100%
1. Persoas activas	22.404,5	9.528,1	12.876,3	59,11%
■ Ocupadas	20.476,9	8.479,8	11.997,1	54,03
■ Paradas	1.927,6	1.048,3	879,2	5,08
2. Inactivas	15.492,4	9.770,4	5.722,0	40,88

Fonte: Epa IV trimestre 2007

Táboa 3: Taxas de actividade e paro por sexos, España, IV trimestre do 2007 (porcentaxe)

	Total	Mulleres	Homes
Taxa de actividade	59,12	49,37	69,23
Taxa de paro	8,60	11,00	6,83

Fonte: Epa IV trimestre 2007

3. Tendencias do mercado laboral

En España a porcentaxe de persoas activas ascende a 59,11% representado os homes a maior parte. A taxa de paro é do 8,60%, aínda que esta cifra aumenta no caso das mulleres e diminúe no dos homes.

Táboa 4: Poboación ocupada por sector económico e sexo, España, 2007 (porcentaxe)

		Porcentaxe			Valores absolutos		
		Homes	Mulleres	Total	Homes	Mulleres	Total
Total persoas ocupadas 100%		58,58%	41,41%	100%	11.997,1	8.479,8	20.476,9
S. Primario Agricultura		72,73%	27,26%	100%	658,8	247,0	905,8
S. Secundario	Industria	25,58%	74,41%	100%	838,9	2.440,1	3.279,1
	Construcción	94,27%	5,72%	100%	2.539,4	154,1	2.693,5
S. Terciario Servizos		46,76%	53,23%	100%	6.358,7	7.239,8	13.598,5

Fonte: Epa IV trimestre 2007

Táboa 5: Poboación parada por sector económico e sexo, España, 2007 (unidades, porcentaxe)

		Porcentaxe			Valores absolutos		
		Homes	Mulleres	Total	Homes	Mulleres	Total
Total persoas ocupadas 100%		46,54%	53,45%	100%	879,2	1.048,3	1.927,6
S. Primario Agricultura		53,20%	46,79%	6,24%	64,0	56,3	120,3
S. Secundario	Industria	64,86%	35,13%	7,10%	88,8	48,1	136,9
	Construcción	97,15%	2,84%	11,29%	211,5	6,2	217,7
S. Terciario Servizos		36,69%	63,30%	38,97%	275,7	475,6	751,3
Busca do primeiro emprego ou deixaron o último fai máis dun ano		12,41%	87,58%	36,38	239,3	462,1	701,4

Fonte: Epa IV trimestre 2007



IDEA CLAVE

Como terás observado, o sector servizos é o que máis traballadoras e traballadores agrupa e o que seguirá protagonizando a oferta de oficios e novos empregos no futuro.

Aínda así, na industria creáronse novas oportunidades no referente a:

Robotización e automatización da produción.

Control e xestión de calidade.

Deseño asistido por ordenador e enxeñería de sistemas.

O sector primario en xeral, aportará poucas perspectivas, aínda así, destacan algunhas especialidades con futuro, relacionadas coa creación de formulas alternativas á pesca. Na industria alimentaria unha ocupación con futuro serán as persoas expertas en nutrición.

No ámbito das telecomunicacións seguiranse demandando profesionais para a televenta e aumentará a demanda de persoas expertas en seguridade informática.

O comercio continuará demandando profesionais relacionados coa atención directa á clientela, a xestión e creación de novas superficies, o merchandising, o comercio exterior e os servizos financeiros e de seguros.

O turismo e desenvolvemento cultural, demandará persoas expertas en xestión de parques, persoal técnico de organización de feiras e congresos e especialistas en promoción cultural.

A continuación, presentamos unha clasificación de ocupacións con maiores oportunidades de éxito no mercado laboral:

SECTOR PRIMARIO

Agroalimentarias

- Dietistas
- Enólogas/os

SECTOR SECUNDARIO

Industria Eléctrica e Electrónica

- Informáticos/as especializados en robótica
- Técnicas/os de mantemento microelectrónica
- Técnicas/os en mecánica de alta precisión
- Técnicas/os en reparación en instalacións industriais

Industria Química

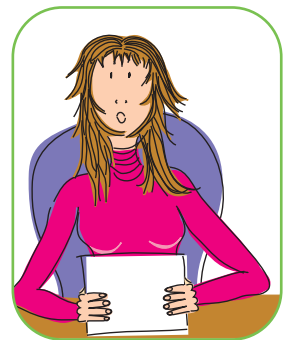
- Licenciadas/os en Química
- Enxeñeiras/os químicos

Industria Mecánica

- Mecánicos/as
- Electricistas automóbil
- Torneiros/as
- Soldadoras/es
- Cerraxeiros/as
- Proxectistas

Industria Gráfica

- Expertas/os en novos materiais e tecnoloxías
- Creativas/os



3. Tendencias do mercado laboral

Téxtil

- Maquinistas
- Planchadores/as
- Patronistas

Construcción

- Delineantes
- Escaiolistas / Xeseir/asos
- Pintoras/es de edificio
- Operadoras/es de maquinaria pesada

SECTOR TERCIARIO

Servicios á Empresa

- Comerciais
- Asesoras/es fiscais e laborais
- Secretarios/as (bilingües)
- Deseñadoras/es gráficas
- Informáticas/os
- Licenciadas/os en Dereito
- Técnicas/os en marketing
- Técnicas/os en calidade

Xestión Administrativa

- Técnicos/as en software
- Electrónicos/as
- Contables
- Telefonistas - recepcionistas
- Técnicas/os en control de calidade
- Consultoras/es RR.HH

Informática e Telecomunicacións

- Enxeñeiras/os técnicas/os telecomunicacións e informática
- Licenciadas/os en Física
- Analista programador
- Enxeñeiros/as técnicos superiores
- Instaladoras/es de antenas
- Comerciais

Comercio

- Xestoras/es de redes comerciais
- Licenciadas/os empresas / económicas
- Técnicas/os en merchandising
- Televendedores/as
- Dependentes/as
- Caixeiros/as

Turismo

- Especialistas en marketing turístico e hoteleiro
- Axentes de viaxes
- Azafatas/os de información

Hostalería

- Cocifneiros/as
- Camareiros/as
- Xestores/as de servicios

Servicios Sociais

- Auxiliares Xeriátricos
- Auxiliares axuda a domicilio
- Coidadores/as

Ocio e tempo libre

- Animadoras/es socioculturais
- Docentes manualidades
- Monitoras/es de tempo libre e deportivos

Sanidade

- Fisioterapeutas
- ATS
- Terapeutas ocupacionais
- Técnicas/os en saúde laboral
- Auxiliares de clínica
- Documentalistas sanitarios

Transportes

- Conductoras/es
- Licenciadas/os empresas / económicas
- Expertas/os loxística

Medio Ambiente

- Técnicas/os de tratamento, reciclaxe e control de residuos
- Educador/a medioambiental

3.3. O mercado laboral en Galicia

Dacordo cos datos da enquisa de poboación activa (EPA, IV trimestre 2007), Galicia presenta unha taxa de actividade do 54,21%, un 4,91 máis baixa cá española aínda que segue a mesma tendencia, sendo superior no caso dos homes, aínda que a diferenza é menor. Asemade a taxa de paro tamén foi un 1,13 máis baixa cá nacional sendo inferior tamén para o sexo masculino.

Táboa 6: Características da poboación de 16 anos en adiante por sexos, Galicia, IV trimestre do ano 2007 (unidades, porcentaxe)

	Total Valores absolutos	Mulleres	Homes	Porcentaxes
1. Poboación 16 anos e máis (1+2)	2.384,6	1.245,8	1.138,8	100%
1. Persoas activas	1.292,6	568,9	723,8	54,20%
■ Ocupadas	1.196,1	513,0	683,1	50,15%
■ Paradas	96,5	55,9	40,6	4,04%
2. Inactivas	1.092,0	676,9	415,1	45,79%

Fonte: Epa IV trimestre 2007

3. Tendencias do mercado laboral

Táboa 7: Taxas de actividade e paro por sexos, Galicia, IV trimestre do 2007 (porcentaxe)

	Total	Homes	Mulleres
Taxa de actividade	54,21	63,55	45,66
Taxa de paro	7,47	5,61	9,82

Fonte: Epa IV trimestre 2007

Segundo os datos de paro rexistrado o longo dos últimos tres anos a cidade de Vigo é a que presenta o maior número de persoas paradas, onde a maior porcentaxe son mulleres. Aínda que no ano 2007 presenta 3.525 paradas/os menos. Esta tendencia a baixa séguena o resto das cidades galegas con excepción de A Coruña na que se produce un incremento de 3.325 persoas paradas máis.

No ano 2005 en ambos sexos o maior número de persoas paradas en tódalas cidades, teñen idades comprendidas entre os vinte e cinco e os corenta e catro anos. No ano 2006 mantense a tendencia coa excepción de Santiago onde e maior o número de mulleres paradas que superen os 45 anos cas de idades inferiores. No ano 2007 sucede o mesmo nas cidades de Vigo, Ferrol e A coruña. No último ano en Santiago de Compostela volven predominar as paradas con idades comprendidas entre os vinte e cinco e os corenta e catro anos.


Táboa 8: Número de persoas paradas nas principais cidades galegas por sexos, Galicia, 2005, 2006, 2007 (unidades)

Decembro 2005							
Principais cidades galegas	Total	Homes / Idades			Mulleres / Idades		
		<25	25-44	>=45	<25	25-44	>=45
A Coruña	9.543	680	3.020	2.302	709	4.557	3.674
Santiago	6.566	347	1.372	837	427	2.408	1.175
Ferrol	6.152	328	1.037	656	428	2.037	1.066
Lugo	5.728	405	1.075	744	381	2.058	1.065
Ourense	7.927	488	1.326	1.067	524	2.597	1.925
Pontevedra	5.310	345	998	662	393	1.991	921
Vigo	21.977	1.235	4.166	2.835	1.260	6.946	5.535
Decembro 2006							
Principais cidades galegas	Total	Homes / Idades			Mulleres / Idades		
		<25	25-44	>=45	<25	25-44	>=45
A Coruña	13.798	605	2.568	2.172	581	4.231	3.641
Santiago	6.073	306	1.201	825	397	2.124	1.220
Ferrol	5.711	326	965	713	351	1.705	1.651
Lugo	5.183	355	929	686	366	1.735	1.112
Ourense	7.152	375	1.129	993	416	2.340	1.890
Pontevedra	7.677	245	871	599	280	1.737	945
Vigo	19.409	930	3.439	2.689	910	5.881	5.569
Decembro 2007							
Principais cidades galegas	Total	Homes / Idades			Mulleres / Idades		
		<25	25-44	>=45	<25	25-44	>=45
A Coruña	12.868	545	2.505	2.119	475	3.588	3.636
Santiago	5.572	245	1.085	764	332	1.897	1.249
Ferrol	5.491	301	926	677	287	1.648	1.651
Lugo	5.045	316	912	672	359	1.671	1.115
Ourense	6.848	358	1.078	932	419	2.113	1.948
Pontevedra	4.569	237	870	584	278	1.649	951
Vigo	18.452	903	3.454	2.669	738	5.130	5.558

Fonte: INEM Elabor. propia

Sectores con maior potencialidade de desenvolvemento en Galicia

1. Tecnoloxías da información e a comunicación
2. Sector agroalimentario
3. Ocio, actividades culturais e turismo
4. Ciencias da vida
5. Enerxía
6. Madeira
7. Automóbil
8. Têxtil
9. Medio ambiente

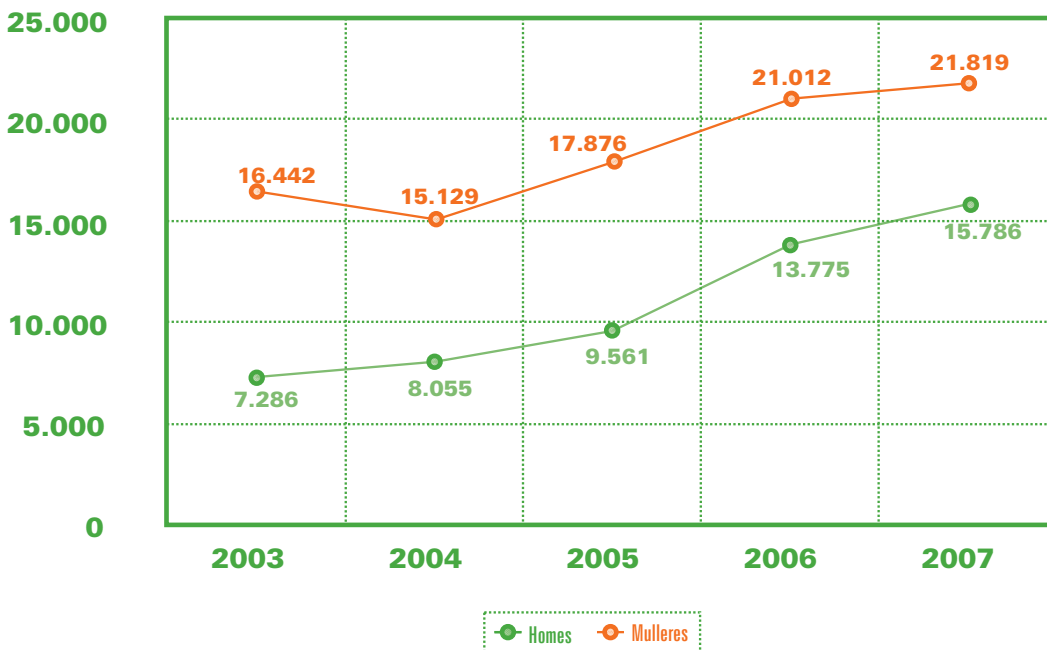

IDEA CLAVE

Na actualidade o mercado de traballo en Galicia está atravesando un período de lixeira expansión, con leves decrecementos na poboación activa pero con descensos considerables na poboación parada.

Segundo datos extraídos do Plan Aurora da Xunta de Galicia, nos últimos anos existe unha evolución foi positiva en relación a incorporación de mulleres e homes ao traballo. Así, mentres o aumento dos homes foi de 29.561 afiliados á seguridade social, o incremento de mulleres afiliadas foi de 42.832 máis. O aumento da afiliación fíxose nun 59,2% nas mulleres.

Se no ano 2002 o peso das mulleres afiliadas era do 40,2%, en 2007 acádase o mencionado 43,3%, 3,1 puntos máis, o que supón un incremento do seu peso do 7,8%.

Gráfica 1: Variación da afiliación a seguridade social por sexo, Galicia, 2003, 2004, 2005, 2006, 2007(unidades)



Fonte: Plan Aurora. Xunta de Galicia, Febreiro 2008

3. Tendencias do mercado laboral

Táboa 9: Número de persoas afiliadas a seguridade social por grupo ocupacional segundo sexo, Galicia, 2007 (unidades, porcentaxe)

Grupo ocupacional	Homes	Mulleres	% Mulleres
Total	678.300	515.000	43,2%
1. Dirección das empresas e das Administracións Públicas	55.600	38.400	40,9%
2. Persoal técnico e profesionais científicas/os e intelectuais	62.800	79.500	55,9%
3. Técnicas/os e profesionais de apoio	80.300	59.500	42,6%
4. Empregadas/os de tipo administrativo	27.700	64.900	70,2%
5. Traballadoras/es de servizos de restauración, personais, protección e vendedoras/es de comercio	59.300	118.600	66,7%
6. Traballadoras/es cualificadas/os agricultura e pesca	45.000	37.900	45,8%
7. Artesáns/ás e traballadoras/es cualificadas/os das industrias manufactureras, a construción e a minería, agás operadoras/es de instalacións e maquinaria	191.600	18.300	8,7%
8. Operadoras/es de instalacións e maquinaria, e montadoras/es	89.100	24.200	21,4%
9 e 0. Traballadoras/es non cualificadas/os e forzas armadas	66.900	73.900	52,5

Fonte: EPA, 2007

Por contraposición, e segundo datos do Plan Aurora, en Galicia de media do ano 2007, hai un total de 95.880 mulleres inscritas como demandantes de emprego paradas e 54.666 homes. Isto significa que as mulleres representan o 63,7% de todo o paro rexistrado. Ademais, por cada cen homes de entre 16 e 64 anos, hai 6 parados; mentres que por cada cen mulleres, hai 10. Se combinamos as demandas de emprego coa afiliación, podemos afirmar que mentres de cada 10 persoas afiliadas 4 (4,3) son mulleres, de cada 10 parados, 6 son mulleres (6,4).

Tal e coma se reflexan na seguinte táboa, a taxa de persoas demandantes de emprego non ocupadas en decembro de 2007 ascende a 154.982 persoas, en xaneiro do 2008 a 161.162.

Táboa 10: Paro rexistrado por sexos, Galicia ano 27/xaneiro 2008 (unidades)

Meses	Paro rexistrado		
	Total	Mulleres	Homes
Xaneiro 07	163.583	103.133	60.450
Febreiro 07	160.904	102.037	58.867
Marzo 07	159.886	102.067	57.819
Abril 07	155.479	99.994	55.485
Maio 07	148.209	95.323	52.886
Xuño 07	139.998	92.347	50.809
Xullo 07	139.998	89.819	50.179
Agosto 07	140.299	89.452	50.847
Setembro 07	140.960	90.495	50.465
Outubro 07	146.371	93.268	53.103
Novembro 07	152.728	96.739	55.989
Decembro 07	154.982	95.892	59.090
Xaneiro 08	161.162	95.892	61.290

Fonte: www.ige.xunta.es/ga.

Entre as persoas paradas podemos resaltar dous sectores dentro dos cales se atopan:

1.- Persoas desempregadas menores de 25 anos que buscan dende o seu primeiro emprego relacionado ca súa titulación ata unha saída laboral por circunstancias persoais sen atender ó posto profesional.

Táboa 11: Paro rexistrado en menores de 25 anos por sexos, Galicia ano 2007/xaneiro 2008 (unidades)

Meses	Paro Rexistrado <de 25 años		
	Total	Homes	Mulleres
Xaneiro 07	17.687	7.928	9.759
Febreiro 07	17.302	7.705	9.597
Marzo 07	16.945	7.436	9.509
Abril 07	16.052	7.059	8.993
Maio 07	14.529	6.507	8.022
Xuño 07	14.390	6.595	7.795
Xullo 07	13.107	6.183	6.924
Agosto 07	13.100	6.130	6.970
Setembro 07	13.419	6.071	7.348
Outubro 07	14.614	6.661	7.953
Novembro 07	15.877	7.356	8.521
Decembro 07	15.855	7.666	8.189
Xaneiro 08	15.941	7.677	8.264

Fonte: www.ige.xunta.es/ga.

3. Tendencias do mercado laboral

2.- Persoas maiores de 25 anos que procuran un emprego estable, axustado a súa titulación ou estudos. Persoas que sobrepasan os 30-35 anos e que se atopan en situación de desemprego por diferentes motivos: por mellora laboral, por conciliar a vida familiar e laboral, polo peche da empresa na que traballaron durante anos, etc. Por outro lado comezase a atisbar un sector poboacional maior de 45 anos que, en algúns casos, con pouco tempo cotizado e en situación de desemprego por causas alleas a súa vontade.

Táboa 12: Paro rexistrado entre os de 25 e máis anos por sexos, Galicia ano 27/xaneiro 2008 (unidades)

Meses	Paro rexistrado 25 anos e máis anos		
	Total	Homes	Mulleres
Xaneiro 07	145.896	52.522	93.374
Febreiro 07	143.602	51.162	92.440
Marzo 07	142.941	50.383	92.558
Abril 07	139.427	48.426	91.001
Maio 07	133.680	46.379	87.301
Xuño 07	128.766	44.214	84.552
Xullo 07	126.891	43.996	82.895
Agosto 07	127.199	44.717	82.482
Setembro 07	127.541	44.394	83.147
Outubro 07	131.757	46.442	85.315
Novembro 07	136.851	48.633	88.218
Decembro 07	139.127	51.424	87.703
Xaneiro 08	145.221	53.613	91.608

Fonte: www.ige.xunta.es/ga.

Táboa 13: Paro rexistrado por sectores, Galicia ano 2007/xaneiro 2008 (unidades)

Meses	Paro rexistrado por sectores					
	Total	Agricultura/ Gandería	Industria	Construción	Servizos	Sen emprego anterior
Xaneiro 07	163.583	5.007	25.414	16.899	92.389	23.874
Febreiro 07	160.904	4.896	25.108	16.326	90.788	23.786
Marzo 07	159.886	4.860	24.961	15.829	90.305	23.931
Abril 07	155.479	4.682	24.862	15.391	87.047	23.497
Maio 07	148.209	4.660	23.625	14.673	82.815	22.436
Xuño 07	143.156	4.377	22.664	14.069	79.327	22.719
Xullo 07	139.998	4.206	22.208	14.039	77.854	21.691
Agosto 07	140.299	4.324	22.275	14.437	77.951	21.312
Setembro 07	140.960	4.250	22.107	14.183	78.747	21.673
Outubro 07	146.371	4.523	22.914	14.569	82.167	22.198
Novembro 07	152.728	4.731	23.496	15.262	85.798	23.441
Decembro 07	154.982	4.995	24.488	16.925	85.494	23.080
Xaneiro 08	161.162	5.131	24.880	17.608	90.433	23.110

Fonte: www.ige.ue

3. Tendencias do mercado laboral

Neste último ano o paro rexistrado nos diferentes sectores empresariais, é superior no sector servizos, e inferior no primeiro sector. Neste último consegue atisbar unha evolución positiva a mediados de ano para volver en xaneiro deste ano a alcanzar valores aínda algo maiores que fai un ano.

No sector industrial o número de persoas paradas descende considerablemente ata outubro para despois sufrir un incremento aínda que non alcanza os valores de xaneiro do ano anterior.

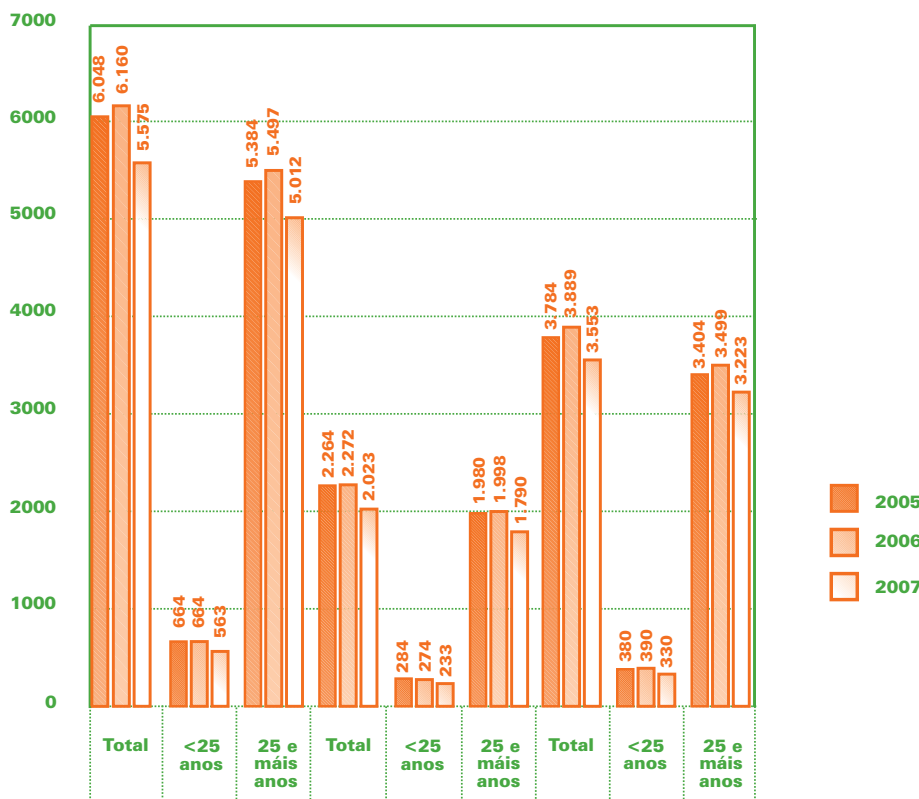
A crise do sector no sector inmobiliario fai que a construción decreza. En Xaneiro do 2008 existen 709 persoas paradas máis que fai un ano. No sector servizos observase como os e as paradas son menos nos meses de verán que é cando se incrementa a actividade.

3.4. O mercado laboral en Santiago de Compostela

Nos últimos anos a taxa global de actividade (poboación activa e en idade de traballar) no Concello de Santiago de Compostela foi superior á media establecida na comunidade autónoma de Galicia. Dentro destes datos o grado de participación activa da muller no mercado de traballo supera a media galega, aínda que isto non consegue obter unha menor puntuación na taxa de desemprego.

Segundo os datos rexistrados no Concello de Santiago de Compostela dende o ano 2005, obsérvase un descenso do paro rexistrado. 473 persoas menos de media no ano 2007 que dous anos atrás.

Gráfico 2: Paro rexistrado por grupos de idade e sexo, Santiago de Compostela, 2005-2007 (unidades)



3. Tendencias do mercado laboral

Se observamos o desemprego dende os diferentes sectores de actividade podemos comprobar coma o sector da agricultura aínda que esta descendendo continúa cunha taxa media de demandantes, mentres que é o sector servizos o que alcanza a cota máis alta de persoas desempregadas no ano 2006.

Tanto a Industria como o Comercio, sector secundario, alcanzan medias de desemprego bastante igualitarias.

Táboa 13: Paro rexistrado por sectores, Santiago de Compostela, decembro 2005,2006, 2007 (unidades)

	Decembro 2005			Decembro 2006			Decembro 2007		
	Homes	Mulleres	Total	Homes	Mulleres	Total	Homes	Mulleres	Total
Agricultura / Gandería	44	14	58	35	18	53	40	17	57
Industria	X	329	X	207	314	521	X	X	X
Construción	459	47	533	420	44	521	379	54	485
Servizos	1535	2882	4417	1377	2678	4055	1235	2419	3654
Sen empr. ant.	314	738	1052	293	687	980	271	672	943
Total	2352	4010	X	2332	3741	6073	X	X	5572

Fonte: Instituto Galego das Cualificacións. Consellería de Traballo.

Se facemos unha comparativa observase un descenso de persoas paradas no último mes do ano 2007 en parámetros xerais, sobre todo no sector servizos.

Táboa 14: Paro rexistrado por actividade económica (sección CNAE) e por sexo, Santiago de Compostela, xaneiro 2008 (unidades)

Nº persoas paradas				
		Mulleres	Homes	Total
A	Agricultura, Gandería, Caza e Silvicultura	17	33	50
B	Pesca	X	5	X
C	Industrias Extractivas	X	X	X
D	Industria Manufactureira	331	169	500
E	Produción e Distribución de Enerxía Eléctrica e Gas	X	0	X
F	Construción	50	394	444
G	Comerc., Reparac. Vehic. a Motor, Motocicl. e Art.Persoal	525	233	758
H	Hostalería	417	215	632
I	Transporte, Almacenamento e Comunicacions	69	77	146
J	Intermediación Financeira	19	12	31
K	Actividades Inmobiliarias e de Alquiler, Servizos Empresar.	775	469	1.244
L	Administr. Pública, Defensa e Seguridade Social Obrigatoria	165	100	265
M	Educación	168	55	223
N	Actividades Sanitarias e Veterinarias, Servizos Sociais	182	33	215
O	Outras Activid. Sociais e de Serv. Prestados á Comunidade	248	108	356
P	Fogares que empregan Persoal Doméstico	23	X	X
Q	Organismos Extraterritoriais	X	X	X
X	Sen sección asociada	663	281	944
Total		X	X	X

Instituto Galego das Cualificacións. Consellería de Traballo. Xunta de Galicia.

3. Tendencias do mercado laboral

Se facemos unha pormenorización máis detallada por actividade no sector servizos observase como a crise inmobiliaria afectou ao emprego sendo a actividade que maior número de persoas desempregadas concentra en xaneiro. O extremo oposto está na actividade de intermediación financeira que presenta o menor número de desempregadas/os.

As diferenzas por sexos son salientables, na construción as mulleres só representan un 11,26% do total de persoas desempregadas dentro da actividade, sinal inequívoca de segregación ocupacional horizontal. Maioritariamente a relación é a inversa os homes representan o menor número de parados como podemos apreciar na táboa: o 24,66% en educación, o 30,33% noutras actividades sociais e de servizos prestados á comunidade, na hostalaría o 34,01%...

Táboa 15: Paro rexistrado por nivel académico e sexo, Santiago de Compostela, enero 2008 (unidades)

Nº persoas paradas			
	Mulleres	Homes	Total
Ata Certificado de Escolaridade*	812	634	1.446
Titulación Ensinanza Obrigatoria	806	536	1.342
Formación Profesional	543	262	805
B.U.P / Bacharelato Superior / C.O.U	501	394	895
Titulados Universitarios	990	362	1.352
Outras Titulacións	9	X	X
Total	3.661	X	X

Instituto Galego das Cualificacións. Consellería de Traballo. Xunta de Galicia

Onde existe un menor número de paradas/os é entre as que teñen unha formación media sobre todo as que posúen estudos de formación profesional. Son as mulleres as que representan a maior parte das persoas paradas, neste resultado inflúe moito a formación diferencial que realiza cada un dos sexos. Esta diferenciación tamén se observa na formación universitaria onde en determinadas enxeñerías ou arquitectura seguen predominando a presenza dos homes, con maiores posibilidades de inserción, a diferenza doutras titulacións da rama social onde predominan mulleres cunha porcentaxe de inserción moi inferior.



IDEA CLAVE

As maiores posibilidades para insertarse actualmente están en oficios como: electricidade, mecánica, etc, onde os homes teñen unha representación casi do 100%, coa conseguinte maior posibilidade de inserción sociolaboral.

3. Tendencias do mercado laboral

Táboa 16: Paro rexistrado por nivel académico e idade, Santiago de Compostela, xaneiro 2008 (unidades)

	Nº persoas paradas										Total
	De 16 a 19	De 20 a 24	De 25 a 29	De 30 a 34	De 35 a 39	De 40 a 44	De 45 a 49	De 50 a 54	De 55 a 59	De 60 a 64	
Ata Certificado de Escolaridade*	43	70	63	58	76	94	150	264	339	289	1.446
Titulación Enseñanza Obligatoria	29	120	165	178	173	180	171	136	115	75	1.342
Formación Profesional	4	108	189	163	121	96	61	26	26	11	805
B.U.P / Bacharelato Superior / C.O.U	10	69	173	167	122	114	67	83	56	34	895
Titulados Universitarios	0	111	448	323	168	125	83	43	26	25	1.352
Outras Titulacións	0	0	4	5	X	0	0	X	0	0	X
Total	86	478	1.042	894	X	609	532	X	562	434	

* Inclúe certificado de escolaridade, primarios sen certificado e sen estudos

Instituto Galego das Cualificacións. Consellería de Traballo. Xunta de Galicia

3. Tendencias do mercado laboral

A poboación parada con menor nivel formativo increméntase significativamente a partir do 45 anos. Entre as persoas que recibiron a ensinanza obrigatoria extrapólase que atopan máis dificultade para atopar traballo a partir dos vinte anos.

Con formación media ou superior o número de persoas paradas descende a partir dos 29. Alcanza o máximo nivel de paradas/os entre os 25 e os 29 anos.

Táboa 17: Paro rexistrado por tempo de busca de emprego e sexo, Santiago de Compostela, xaneiro 2008 (unidades)

	Nº PERSOAS PARADAS		
	Mulleres	Homes	Total
Menos de 6 meses	1.697	1.256	2.953
De 6 meses a 1 ano	506	313	819
Máis dun ano	1.458	621	2.079
Total	3.661	2.190	5.851

Instituto Galego das Cualificacións. Consellería de Traballo. Xunta de Galicia

Son os homes os que tardan menos tempo en atopar un emprego. O 62, 57% do total de persoas paradas en xaneiro son mulleres, a maior porcentaxe destas leva menos de seis meses buscando emprego e séguenlle as que levan máis dun ano. Destacar os seguintes datos de contraste un 21, 46% do total de paradas/os son homes que levan menos de seis meses sen atopar emprego, así mesmo un 24,91% do total de paradas/os son mulleres que levan máis dun ano rexistradas para atopar traballo.

Táboa 18: Tipo de contrato por sexos, Santiago de Compostela, enero 2008 (unidades)

	Tipo de contrato		
	Inicialmente indefinido	Inicialmente temporal	Conversión indefinido
Homes	195	2.560	143
Mulleres	123	2.648	120
Total	318	5.208	263

Fonte: Inem, elaboración propia

O mercado laboral en Santiago de Compostela en xaneiro de 2008 segue a ser inestable xa que o 89,96% dos contratos realizados foi temporal, sendo as mulleres as que levan a peor parte. Predominan con contratos temporais, representan non obstante un número inferior entre os indefinidos ou de conversión a estes.

3. Tendencias do mercado laboral

Táboa 19: Contratos asociados aos grandes grupos de ocupación por sexo, Santiago de Compostela, xaneiro 2008 (unidades)

Dirección das empresas e das administracións públicas		21
1	Mulleres	9
	Homes	12
Persoal técnico e profesional científico e intelectual		1.190
2	Mulleres	60
	Homes	585
Persoal técnico e profesionais de apoio		1.234
3	Mulleres	529
	Homes	705
Empregadas/os de tipo administrativo		546
4	Mulleres	427
	Homes	119
Traballadoras/es dos servizos de restauración, persoais, protección e vendedoras/es dos comercios		1.202
5	Mulleres	863
	Homes	339
Traballadoras/es cualificadas/os na agricultura e na pesca		34
6	Mulleres	15
	Homes	19
Artesáns/ás e traballadoras/es cualificadas/os das industrias manufacturais, a construción, e a minería, agás operadoras/es de instalacións e maquinaria		470
7	Mulleres	10
	Homes	460
Operadoras/es de instalación e maquinaria, e montadoras/es		197
8	Mulleres	10
	Homes	187
Traballadores/as non cualificados		895
9	Mulleres	423
	Homes	472
Total contratos		5.789
Total mulleres		2.891
Total homes		2.898

3. Tendencias do mercado laboral

Asociando os contratos aos grandes grupos de ocupación, os que maior número de persoas traballadoras aglutinan son o grupo de persoal técnico e profesionais de apoio onde os homes representan o 57,13%, xunto cos traballadoras/es dos servizos de restauración, persoais, protección e vendedoras/es dos comercios, representado as mulleres o 71,79%, seguidos de preto polos técnicos/os e profesionais científicos e intelectuais.

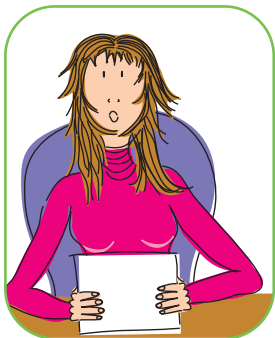
3.5. Os novos xacementos de emprego

Os novos xacementos de emprego (NXE), tamén denominados filóns de ocupación, son o termo utilizado polo Libro Branco de Delors para descubrir aquelas actividades laborais que satisfán as novas necesidades sociais. Estas actividades son heteroxéneas, pero obrigatoriamente deben ter en común catro características:

- Cobren necesidades sociais insatisfeitas
- Configúranse en mercados incompletos
- Teñen un ámbito de produción ou prestación localmente definido
- Teñen un alto potencial na xeración de postos de traballo.

A Comisión Europea identifica 19 ámbitos de actividade ocupacional que se poden agrupar en catro grandes bloques:

- Os Servizos de vida cotián
- Os Servizos de mellora da calidade de vida
- Os servizos de ocio
- Os servizos medioambientais



IDEA CLAVE

Os NXE, non van a converterse automaticamente en postos de traballo estables e con óptimas condicións laborais, pero si que manterán un incremento progresivo nos próximos anos.

NOVOS XACEMENTOS DE EMPREGO

VIDA DIARIA

Ámbito de Desenvolvemento

Servizos a domicilio

Actividade Ocupacional

- Axudas burocráticas
- Produción e reparto de comidas a domicilio
- Reparto de mercadorías a domicilio
- Acompañamento de persoas de idade ó exterior
- Servicio de limpeza a domicilio
- Atención de persoas de idade

Ámbito de Desenvolvemento

Atención á infancia

Actividade Ocupacional

- Garderías
- Preescolar
- Garderías fora do horario escolar
- Atención durante enfermidades
- Actividades extraescolares deportivas
- Atención a nenos/as con problemas
- Colonias escolares e deportivas
- Garderías de empresa ou de colectivos de empresas

Ámbito de Desenvolvemento

Novas tecnoloxías da información e da comunicación

Actividade Ocupacional

- Apoio ós teleservizos
- Cohesión socioterritorial: acceso á información común
- Racionalización dos transportes públicos
- Axuda á circulación

Ámbito de Desenvolvemento

Axuda á mocidade con dificultades

Actividade Ocupacional

- Axuda extraescolar a escolares con dificultades
- Reinserción da delincuencia
- Reinserción da drogadicción
- Axuda ás persoas con minusvalía

SERVIZOS DE MELLORA DA CALIDADE DE VIDA

Ámbito de Desenvolvemento

Mellora de aloxamentos

Actividade Ocupacional

- Rehabilitación e reparacións de interiores de inmobles
- Rehabilitación do exterior de inmobles
- Mantemento e vixilancia de inmobles

Ámbito de Desenvolvemento

Seguridade

Actividade Ocupacional

- Vixilancia de lugares públicos

A persoas:

- Aplicacións telemáticas
- Telemedicina
- Multimedia ocio
- Multimedia educativa
- Comercio telemático
- Reserva teleservicio
- Acceso á información (internet)
- Vixilancia domicilio
- Información telemática local
- Teletraballo

A empresas:

- Formación permanente
- Acceso a información empresarial especializada
- Técnicas de produción
- Adaptación ás fluctuacións do mercado
- Ampliación de mercados
- Servicios administrativos
- Edición asistida por ordenador
- Software especializado
- Teleservizos
- Vixilancia a empresas

3. Tendencias do mercado laboral

Ó sector público:

Teleadministración
 Apoio ó teletraballo
 Vixilancia en transportes colectivos
 Instalacións de seguridade en domicilios
 Instalacións de seguridade en empresas
 Instalacións de seguridade en lugares públicos
 Televixiancia

Ámbito de Desenvolvemento

Transportes colectivos locais

Actividade Ocupacional

Mellora do confor técnico dos transportes públicos
 Mellora do acceso das persoas con discapacidade ós transportes públicos
 Creación de novas formas de organización do transporte colectivo urbano (empresas multiservicios, abastecementos, mantemento de vehículos, asociacións locais entre bus e taxi)
 Acompañamento a persoas con dificultades
 Seguridade
 Información (acollida, consello, turismo, ...)
 Vixilancia de vehículos
 Microtransportes especializados por temática ou zonalmente.

Ámbito de Desenvolvemento

Revalorización de espazos urbanos

Actividade Ocupacional

Redefinición polifuncional dos espazos fortemente funcionais cara a convivencialidade
 Remodelación e rehabilitación
 Actuacións con elevados compoñentes de empregos especializados que permiten manter oficios e a recalificación
 Mantemento dos espazos públicos

Ámbito de Desenvolvemento

Comercio de proximidade

Actividade Ocupacional

Na zona rural: adaptación ós cambios na composición da poboación (permanente ou flotante)
 Nas zonas urbanas periféricas: introducción do comercio de proximidade como forma de revalorización e de adaptación ás novas formas de vida (traballo das mulleres, avellentado da poboación)

Ámbito de Desenvolvemento

Xestión da enerxía

Actividade Ocupacional

Aforro enerxético nos edificios e vivendas
 Asesoramento ó aforro enerxético das familias
 Utilización de novas fontes de enerxía

SERVIZOS DE OCIO

Ámbito de Desenvolvemento

Turismo

Actividade Ocupacional

Turismo rural

- Turismo cultural
- Turismo de aventura
- Turismo especializado (rutas, circuitos)
- Organización de actividades e acontecementos
- Turismo de terceira idade

Ámbito de Desenvolvemento

Audiovisual

Actividade Ocupacional

- Producción de películas
- Distribución de películas
- Producción de emisións de TV
- Difusión de producións de TV
- Televisión interactiva (acceso a distancia a museos, bibliotecas, ...)
- Producción de vídeo - multimedia comerciais (p.e. presentación de empresas, institucións, produtos)

Ámbito de Desenvolvemento

Valorización do patrimonio cultural

Actividade Ocupacional

- Restauración (demanda de artesás/ns cualificadas/os)
- Creación de centros culturais (artistas, conservadoras/es, ...)
- Difusión da cultura
- Oferta cotiá e mantemento

Ámbito de Desenvolvemento

Desenvolvemento cultura local

Actividade Ocupacional

- Potenciación da cultura popular
(vinculación entre revalorización, mantemento, transmisión, difusión conservación)
(papel local e vinculación con turismo cultural e expansión multimedia dos proxectos culturais)

Ámbito de Desenvolvemento

Deporte

Actividade Ocupacional

- Xestión de clubs deportivos
- Inserción polo deporte
- Educación deportiva e deporte para a saúde
- Deporte profesional e de espectáculo

SERVIZOS MEDIOAMBIENTAIS

Ámbito de Desenvolvemento

Xestión de residuos

Actividade Ocupacional

- Recollida e tratamento selectivo de residuos
- Recuperación e comercialización dos materiais selectivos

Ámbito de Desenvolvemento

Xestión da auga

Actividade Ocupacional

- Protección das fontes
- Limpeza e mantemento dos cursos fluviais

3. Tendencias do mercado laboral

- Saneamento das concas
- Protección contra as augas contaminadas
- Xestión de infraestruturas
- Educación pública no uso da auga: cidadás/ns e empresas
- A auga como elemento de ocio

Ámbito de Desenvolvemento

Protección e mantemento de zonas naturais

Actividade Ocupacional

- Controlar a degradación
- Programas de parques naturais, reservas, programas de reforestación ou de reconstitución de terreos
- Protección de espaciao "salvaxe"
- Protección de espaciaos de acollida

Ámbito de Desenvolvemento

Regulamentación e control da polución e as instalacións correspondentes

Actividade Ocupacional

- Aportación de bens e servicios ligados a tecnoloxías menos contaminantes
- Exportación de tecnoloxía de proceso
- Tecnoloxía de economización de enerxía
- Sensibilización respecto ó control da polución e o aforro enerxético: entre cidadanía e empresas.

Competencias valoradas no mercado laboral para unha mellor adecuación ó posto

DESENVOLVEMENTO PERSOAL

- Coñecemento e Confianza en si mesmo/a
- Creatividade
- Capacidade de expresión
- Tolerancia á frustración
- Capacidade de decisión

APRENDIZAXE E TRABALLO

- Vontade de aprender
- Emprendedor/a
- Dominio técnicas de aprendizaxe
- Pensamento lóxico
- Capacidade de abstracción
- Intuitivo/a
- Capacidade de planificación
- Visión de conxunto

COMPETENCIA TÉCNICA

- Sistemático/a
- Identificación co traballo
- Responsabilidade
- Optimización dos procesos

- Previsión
- Flexibilidade nas decisións
- Propositivo/a

COMPETENCIA SOCIAL

- Traballo en equipo
- Capacidade crítica
- Iniciativa
- Autonomía
- Implicación co entorno
- Capacidade de cooperación

Cualidades máis desexadas nas persoas con formación universitaria

- 1. Sólida Formación:** imprescindible un idioma estranxeiro, preferentemente inglés. Bo expediente académico
- 2. Con coñecementos de informática**
- 3. Mobilidade xeográfica e flexibilidade horaria**
- 4. Ambición:** Amosar sentir un estímulo constante por facer as cousas cada vez mellor.
- 5. Habilidades sociais:** Empatía, confianza e don de xentes
- 6. Coñecer, aceptar e compartir a cultura da empresa;** o seu código de valores
- 7. Autonomía e iniciativa;** creativo/a, que reaccione positivamente diante da incerteza.
- 8. Capacidade de aprendizaxe.** Ser polivalente e multifuncional. Ser "todo terreo".
- 9. Facilitade de adaptación ós cambios**
- 10. Convicción,** amosar actitude de confianza nun/ha mesmo/a, capacidade para transmitir a confianza na empresa e os seus produtos.

4. A Busca Activa de Emprego

Partindo da definición do teu proxecto profesional (¿Que podo e debo facer?), sempre debes realizar unha busca activa de emprego, organízate (plantexate un abanico de opcións laborais suficientemente amplo) e define o tempo que vas a inverter para conseguir un emprego.

Para comezar esta busca activa de emprego temos que optar entre dous tipos de busca:

- A busca de emprego por conta propia
- A busca de emprego por conta allea

4.1. A busca de emprego por conta propia

Ainda que nesta guía non afondaremos en profundidade nesta modalidade, xa que o seu obxecto fundamental e amosarte as ferramentas e estratexias para unha busca activa de emprego por conta allea, a continuación recollense algúns datos sobre esta modalidade e información que pode ser do teu interese.

A busca de emprego por conta propia, a que denominamos autoemprego, constitúe unha saída profesional que consiste na posta en marcha dunha iniciativa empresarial que require dunha idea de empresa, e dunha mentalidade emprendedora.

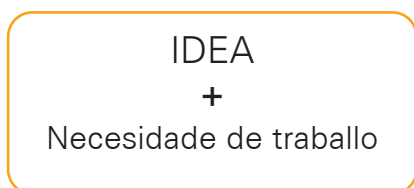
Neste sentido, é importante detectar e definir o perfil dunha persoa emprendedora. Entre outras características, ten que ter: confianza en sí mesma, constancia, capacidade de asumir riscos, flexibilidade e adaptabilidade ós contínuos cambios e uns coñecementos mínimos dos produtos ou servizos do mercado.

Ademáis, ten que coñecer como prestar o servizo ou fabricar o produto, facer unha selección de persoal axeitada ás súas necesidades de negocio, contar co diñeiro suficiente (propio, subvencións, axudas), é determinar a forma xurídica da súa empresa. A reflexión debe guiar a nosa acción de creación de empresa debendo escapar de actos impulsivos.

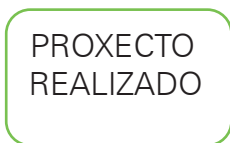


María, busca emprego por conta propia

PERSOA EMPRENDEDORA



Plan de Empresa →





IDEA CLAVE

A idea empresarial e todas aquelas cuestións relativas ó negocio debén plasmarse no que denominamos Plan de empresa.

4. A busca activa de emprego

LEMBRA

Existen organismos asesores de axudas para a realización do Plan de Empresa e asesoramento para a solicitude de subvencións e axudas.

CONTIDO TIPO DO PLAN DE EMPRESA

- Proxecto empresarial
- A persoa emprendedora (datos)
- Orixe e contía dos fondos
- A estrutura da propiedade e do capital da empresa
- O mercado
- A comercialización do produto ou servizo
- O proceso de produción e de prestación do servizo
- A localización da empresa
- Recursos Humanos
- Plano Económico- Financeiro
- Os aspectos formais do proxecto (forma xurídica, logo...)
- A innovación
- Planificación temporal da posta en marcha (Cronograma)
- A incorporación da Igualdade entre mulleres e homes. Plan de Igualdade da empresa

Os organismos asesores para a busca de emprego por conta propia teñen como principais obxectivos contribuir ó desenvolvemento local mediante o asesoramento a empresas e a detección das necesidades do mercado laboral, ademais de impulsar e coordinar o fomento do autoemprego xunto coas distintas administracións e axentes económicos, xerar unha oferta de servizos para o autoemprego e crear unha cultura emprendedora .

Entre as actuacións levadas a cabo por estes organismos destacan o asesoramento personalizado a aquelas persoas con unha idea concreta do negocio, a través da realización dun estudo de viabilidade do seu proxecto, prestando axuda na realización das xestións iniciais e/ou ofertando a formación empresarial necesaria para poñelo en marcha.



Onde acudir?

Podes acudir a calquera das 51 Oficinas de Emprego da Consellería de Traballo da Xunta de Galicia, a través das que se realiza un asesoramento personalizado.

Ademais, dentro do teu propio Concello, podes acceder ás/ós técnicas/os locais de emprego, que dependen da Consellería de Traballo e realizan accións relacionadas coa dinamización e xeración de novas actividades no medio rural con repercusión no emprego e na creación de alternativas de ocupación laboral. Concretamente as funcións deste persoal técnico en relación á inserción laboral por conta propia serían as seguintes:

- 1.** Prospección dos recursos ociosos ou infrutilizados, de iniciativas locais de emprego, de proxectos de acción rural e outros proxectos empresariais.
- 2.** Difusión e estímulo das potenciais oportunidades de creación de actividade entre persoas desempregadas, promotores/as, emprendedoras/es e institucións colaboradoras.

3. Acompañamento técnico na na iniciación de proxectos empresariais para a súa consolidación en empresas xeradoras de novos empregos.

LEMBRA 

A oficina de Promoción Económica e Emprego do Concello de Santiago de Compostela, pon a túa disposición un Servicio de Asesoramento para a creación de empresas, no que tamén se te facilitará información sobre todos os recursos existentes para facilitar a concreción do teu proxecto empresarial. Para máis información:

OFICINA DE PROMOCIÓN ECONÓMICA

Estadio de San Lázaro, Porta 9

Avda. Fernando Casas Novoa, 20

15890 Santiago de Compostela

Tfno:981 542493.

web: www.compostelactiva.org

mail: promocioneconomica@santiagodecompostela.org

Outros organismos ós que acudir para a busca de emprego por conta propia son:

BIC-GALICIA

Un centro a prol da innovación empresarial, co obxectivo de promover a creación, promoción, preparación e desenvolvemento de empresas independentes e innovadoras dentro de Galicia. Nel poderán responderte á pregunta: que podo facer para crear a miña propia empresa? Elaborando un estudo de avaliación da túa idea, e tamén é posible facer o Plano de Empresa.

Para máis información:

C.E.E.I. GALICIA S.A. (BIC GALICIA)

San Lázaro s/n Edificio IGAPE - Santiago de Compostela

Tfno:981 546823

Fax:981 546819

web: www.bicgalicia.es

mail: bicgalicia@bicgalicia.es

**SERVIZO GALEGO DE IGUALDADE (SGI)
PROGAMA DE ASESORAMENTO INTEGRAL A MULLERES EMPRENDE-
DORAS. ASIME.**

É un programa gratuito onde persoal especializado ofrece información e asesoramento ás mulleres que o demanden en temas de autoemprego, de constitución de sociedades, creación de empresas. Isto complementábase cun servizo de información xeral on-line sobre subvencións de organismos oficiais, cursos de formación, feiras, congresos, etc. Para máis información:

4. A busca activa de emprego

SERVIZO GALEGO DE IGUALDADE
Pza. de Europa, 15A, 2º
Area Central - 15707 Santiago de Compostela
Tfnos:981 545366
900 400 273
Fax:981 545365
web: <http://sgi.xunta.es>
mail: sgpihm@xunta.es

UNIÓN DE PROFESIONAIS E TRABALLADORES AUTÓNOMOS DE GALICIA (UPTA GALICIA)

Rúa Monaco, 1 Local 2 -1 - 15703 Santiago de Compostela
Tfno:981 552385
Fax: 981554125
web: www.uptagalicia.org
mail: info@uptagalicia.org

CAMARA OFICIAL DE COMERCIO, INDUSTRIA E NAVEGACIÓN DE SANTIAGO

PROGRAMA DE APOIO EMPRESARIAL AS MULLERES (PAEM)

Ten como obxectivo sensibilizar as mulleres cara o autoemprego e a actividade empresarial e pretende ser un instrumento eficaz para a creación e consolidación de empresas.

SERVIZO DE CREACIÓN E DESENVOLVEMENTO DE EMPRESAS Servizo de Información relacionada ca posta en marcha dun proxecto empresarial, orientado e asesorando ás persoas emprendedoras en diversas materias.

Para máis información:

CAMARA DE COMERCIO DE SANTIAGO
San Pedro de Mezonzo, 44 Baixo - 15701 Santiago de Compostela
Tfno:981 596800
Fax: 981 590322
web: www.camaracompostela.com
mail: información@camaracompostela.com

Entre as entidades ou organismos ós que poderás acudir para solicitar subvencións ou axudas económicas destacan os seguintes:



.....

Instituto Galego de Promoción Económica (IGAPE)

Pretende favorecer a aparición de novas persoas emprendedoras e a creación de novas iniciativas empresariais que teñan un interese estratéxico polo seu impacto económico.

Os servizos que ofrece son:

"Servizos de consultoría e asesoramento para a formación e a elaboración de plans de empresa .

"Apoio á implantación. Servizos de titoría e concesión de subvencións sobre os investimentos e gastos de posta en marcha do proxecto. Préstamos directos do Igape para aqueles proxectos que presenten riscos de implantación superiores ós habituais.

"Apoio na difusión da cultura emprendedora directamente a través do Igape ou en colaboración con organismos intermedios.

Para máis información:

CITA PREVIA
902 300 903
981 541 147

.....

Consellería de Traballo

Para máis información:

Complexo Administrativo San Lázaro, s/n 15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 543699-981546967
Fax: 981 543636
web: <http://traballo.xunta.es>
mail: web.traballo@xunta.es

.....

XES GALICIA

Para máis información:

San Lazaro s/n (Edif. Igape) - 15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981558844
web: www.xesgalicia.com
mail: xesgalicia@xesgalicia.org

.....

4. A busca activa de emprego

Universidade de Santiago de Compostela (USC). UNIEMPRENDE: UNINOVA E UNIRISCO

UNIEMPRENDE é o plan para a creación de empresas da Universidade de Santiago de Compostela. O seu obxectivo é incrementar a vocación empresarial entre universitarias e universitarios, prestando especial atención a aqueles proxectos de investigación científico-tecnolóxico que nacen na USC .

Uniemprende articula o apoio a iniciativas emprendedoras a través do Centro de Innovación e Transferencia de Tecnoloxía (CITT).

Teléfono de información e asesoramento:

900 100 981

web: www.uniemprede.com

mail: uniemprede@usc.es

UNIEMPRENDE tamén ten como referentes dúas sociedades mixtas:

UNINOVA

Constitue unha incubadora de empresas. O seu fin é estudar as citadas ideas empresariais e de promover a creación de empresas innovadoras de base tecnolóxica. Ademais de acoller fisicamente ás empresas, préstalles asesoramento e colaboración constante durante a súa posta en marcha.

Edificio Uninova - Módulo 5

Vía La Cierva, s/n - Polígono Industrial do Tambre - 15890 Santiago de Compostela

Tfno: 981 519620

Fax: 981 557707

web: www.uninova.org

mail: emprender@uninova.org

UNIRISCO

É unha sociedade de capital risco, investimentos con elevada marxe de risco, a hora de financiar o desenvolvemento do ciclo de creación de empresa.

Tfno: 981 563100 - Ext. 16082

Fax: 981 547077

www.unirisco.com

mail: unirisco@usc.es

COGAMI

Modesto Brocas, 7, bloque 3 - 15704 Santiago

Tfno: 981574698

Fax: 981574670

web: www.cogami.es

mail: correo@cogami.es

.....

Centro de Servizos Empresariais de Galicia. Confederación de empresarios de Galicia. (CEG).

O servizo de asesoría xurídica da Confederación de empresarios presta asistencia a persoas emprendedoras que queiran iniciar unha actividade empresarial. O asesoramento a creación de empresas consiste na tutoría de calquera idea ou proxecto que poida converterse en negocio, asesorando ao/á emprendedor/a nos seguintes campos: estudo de viabilidade, determinación da forma xurídica máis axeitada, trámites de constitución, análise financeiro, axuda públicas....

Rúa do Vilar, 54 - 15705 Santiago de Compostela
Tfno:981 555888
Fax:981 555882
mail: info@ceg.es
web: www: ceg.es

.....

PLATAFORMA POLO EMPREGO

Ruá Concheiros, 33 - 15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981580506
Fax: 981580506
mail: plataformaemprego@yahoo.es

.....

ENTIDADES BANCARIAS MICROCRÉDITOS

Caixa Galicia
Caixa Nova

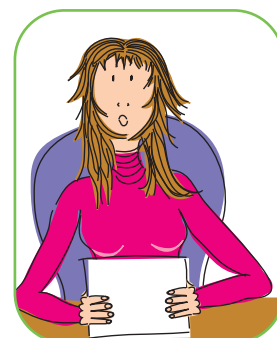
.....

4.2. A busca de emprego por conta allea

Se tes claro que o teu perfil profesional é o de unha persoa traballadora por conta allea, entón á busca dese tipo de actividade require do coñecemento do mercado laboral no que te vas a insertar.

A busca na Administración pública como saída laboral

As diferentes administracións públicas-comunitaria, estatal, autonómica e local- realizan constantemente diferentes ofertas de emprego público que se poden coñecer consultando os seguintes recursos:



4. A busca activa de emprego

- Para os organismos da UE, no Diario Oficial das Comunidades Europeas (DOCE)
- Para a Administración do Estado, no Diario Oficial do Estado (BOE)
- Para a Administración Autonómica, no Diario Oficial da Comunidade Autónoma.
- Para as Deputacións Provinciais e Concellos no Boletín da Provincia e en extractos no BOE.

O Ministerio para las Administraciones Públicas edita unha publicación sobre as diferentes convocatorias de emprego público das administracións públicas, a nivel internacional, comunitario, estatal, autonómico e local. Pódese acceder a esta información no seguinte enderezo:

<http://www.inscal.map.es/BASIS/ofepbas/oferta/conorgt/SF>

Os modelos de instancia 790 de solicitude de admisión de probas selectivas e liquidación de taxas de dereitos de examen poden conseguirse a través das seguintes páxinas web:

<http://www.igsap.map.es/cia/oferta/oferta.htm>

<http://www.map.es/seap/dgfp/proselec/M790.htm>

Outras fontes de información son:

- As oficinas de información: da comisión das comunidades europeas, de información xuvenil.
- O Centro de información administrativa do Ministerio de Administracións Públicas (MAP)
- As Delegacións do Goberno ou Subdelegacións
- Sindicatos, Organizacións empresariais e Colexios profesionais
- Consellerías
- Técnicas/os locais de emprego
- Taboleiros de anuncios dos distintos departamentos
- Anuncios e convocatorias en prensa
- Academias e centros de preparación de oposicións
- Entidades de mediación laboral: oficinas de emprego...

O acceso ás prazas convocadas dende as Administracións Públicas pode realizarse mediante diferentes procesos:

Por oposición: Onde, por norma xeral, o criterio para outorgar prazas réxese polas puntuacións obtidas nas probas ou exames.

Concurso de méritos: As bases da convocatoria establecen cal é o baremo para valorar os diferentes méritos que se consideran validos.

Concurso - oposición: É unha mestura das dúas anteriores; obtense unha puntuación pola valoración dos méritos e se lle engade a puntuación obtida nas probas da oposición.

A formación requirida e o tipo habitual de probas, dependendo do nivel do posto, represéntase a continuación:

NIVEL	TITULACIÓN	PROBAS
Técnica/o Superior (A)	Licenciatura universitaria	<ul style="list-style-type: none"> • Test psicotécnico • Temas • Suposto práctico
Técnica/o xestión (B)	Diplomatura universitaria ou equivalente	<ul style="list-style-type: none"> • Test psicotécnico • Temas • Suposto práctico
Administrativa/o (C)	ESO / Ciclos superiores F.P. equivalente (BUP, FP2, ...)	<ul style="list-style-type: none"> • Test psicotécnico • Temas / suposto práctico
Auxiliar administrativa/o (D)	ESO / Ciclos medios F.P. ou equivalente	<ul style="list-style-type: none"> • Test psicotécnico • Temas • Mecanografía
Subalternas/os (E)	Educación Primaria ou equivalente	<ul style="list-style-type: none"> • Proba escrita / temas • Proba práctica

A decisión de opositar e a súa preparación

A decisión de opositar obriga a considerar múltiples factores (estudios realizados, vocación, situación do mercado de traballo, situación económica...) e responder coherentemente a preguntas esenciais, como:

(insertar a ilustración de Pablo, con un pé de imaxe no que poña: Pablo, prepara oposicións)

¿Cumpro os requisitos?

¿Teño tempo e motivación para prepara a oposición?

¿Cal é a proporción entre prazas convocadas e persoas que se presentan?

¿Serve o temario para o meu futuro profesional, no suposto de non superar a oposición?

¿Ten o temario partes comúns con outros temarios doutras oposicións?

¿Podería compatibilizar o estudio da oposición con outro tipo de busca de emprego?



Pablo, prepara oposicións

A persoa que decide opositar debe reunir obrigatoriamente uns requisitos legais, que veñen reflexados nas bases da convocatoria. Os principais son:

- Ser maior de idade
- Ser español/a ou cidadán da UE
- Non padecer enfermidade ou limitación física ou psíquica que sexa incompatible co desempeño do posto de traballo
- Ter a titulación requirida para o posto
- Non ter sido separado/a mediante expediente disciplinario das Administracións Públicas nin estar inhabilitado/a para o desempeño das funcións públicas

4. A busca activa de emprego

Cumprir os trámites específicos esixidos na convocatoria correspondente é fundamental para poder participar nunha oposición, entre os que ten especial relevancia a presentación da documentación necesaria debidamente cumprimentada, respetando os prazos establecidos, perdéndose en caso contrario o dereito a participar.

Na preparación dunha oposición pódense establecer diferentes pasos:



1. Programación
2. Tempo
3. Actitude psicolóxica da persoa opositora
4. Estratexias para optimizar o estudo
5. Realización das probas. Pautas

1. Programación

O obxectivo da programación é exercer un control sobre os temas estudados coa finalidade de saber, en cada momento, si se están cumprindo os obxectivos previstos ou se pola contra se necesita readaptalos para cumprir o Plan de traballo.

O PLAN DE TRABALLO

Características	Vantaxes
<p>Realista. É preciso deixar tempo para o ocio e tamén para as eventualidades da vida cotián.</p> <p>Revisable. Un plan a longo prazo é difícil que non presente desaxustes. O plano debe revisarse cada mes para comprobar a súa marcha.</p> <p>Personalizado. Ninguén coñece mellor as circunstancias persoais, ambientais, e o tempo preciso para o estudo, que a propia persoa opositora.</p> <p>Por escrito. Tes que ter un reflexo obxectivo, por escrito.</p> <p>Equilibrado. Asumir as tarefas do estudo e contar co tempo adecuado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Fortalece e asenta os hábitos de estudo e de traballo intelectual. - Facilita a práctica dun control eficaz sobre a dinámica de preparación da oposición. - Posibilita o facer a tempo unha readaptación dos Plans iniciais. - A constatación do cumprimento de obxectivos do plano aporta forza e motivación. - Racionaliza o tempo dedicado ó ocio e ó estudo.

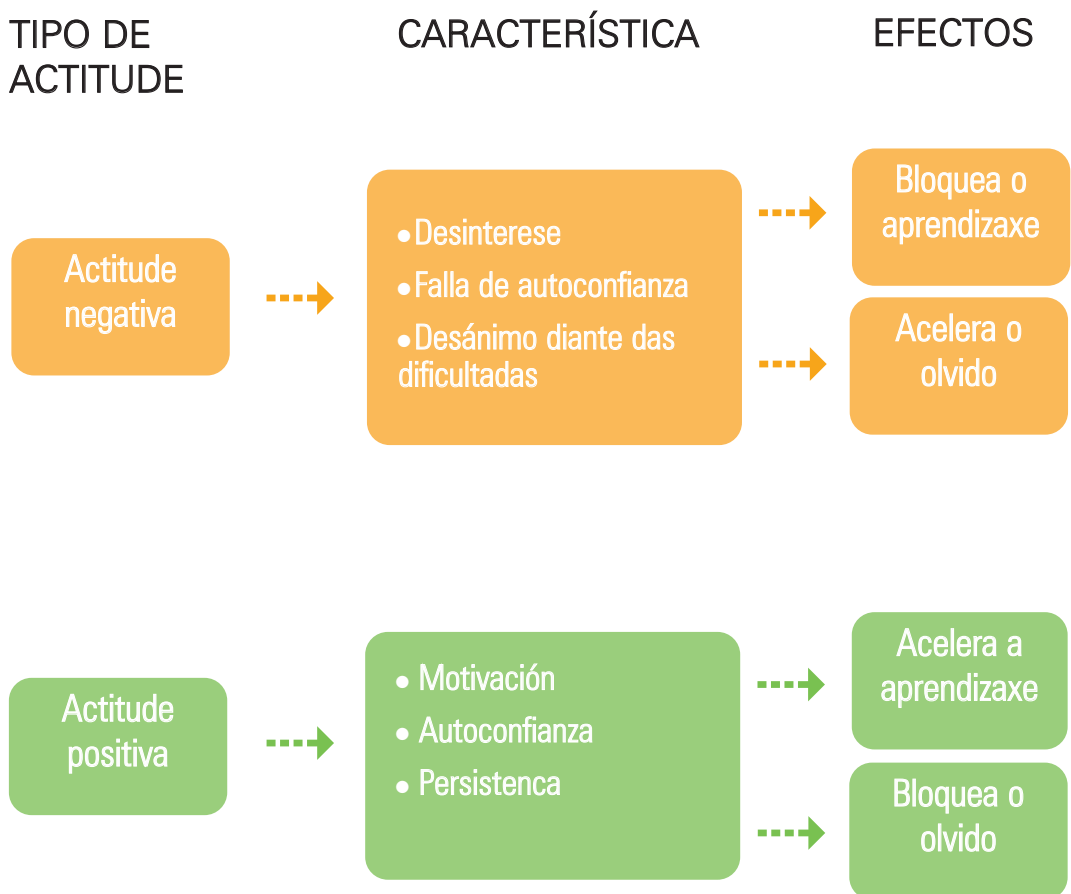
2. Tempo

Preparar unha oposición con garantías de éxito esixe, ademais da realización dun Plano de traballo, de tempo. Asumir un horario fixo, similar ó dunha persoa traballadora e ocupar durante o tempo de preparación un lugar prioritario da nosa vida cotián cos medios e apoios adecuados.

3. Actitude psicolóxica da persoa opositora

Máis que noutros ámbitos ou actividades, na preparación dunha oposición traballase con moitas incertezas. Por iso e preciso adoptar unha actitude psicolóxica positiva, vendo a oposición como unha ponte que nos conducirá á meta desexada.

Duas persoas, de capacidades similares, poden alcanzar resultados moi diferentes, segundo a actitude, positiva ou negativa de afrontar o estudo. A motivación, a autoconfianza e a persistencia fan aumentar considerablemente o noso rendemento.



4. A busca activa de emprego

Un aspecto fundamental é ter unha clara motivación para o logro, convertíndose nunha forza que active e dirixa o noso comportamento.

Debes posuír unha forte motivación, pero non excesiva. Unha motivación elevada esperata o desexo de aprender, pero pola contra, unha motivación excesiva, con base na expectativa de grandes premios ou castigos, conduce á ansiedade, ó medo, e ó fracaso.

Cando esto se produza, é dicir, diante de calquera dificultade ou pequeno fracaso, a actitude que adoptan as persoas opositoras con autoconfianza é a de levantar a cabeza e non desesperar.

A autoconfianza é unha actitude psicolóxica saudable que fai aumentar o interese polo estudo e diminuír as angustias e tensións propias dos momentos difíciles. A autoconfianza require: crer en nos mesmas/os, disciplinarnos e asumir as actitudes que desexamos.

Cando se opta por opositar, requírese ter unha fonda vontade e coraxe para non ceder diante das primeiras dificultades ou momentos de desanimo, que nos poderían levar a desistir antes de tempo.



4. Estratexias para optimizalo estudo

- Axeitar e optimizar os hábitos de estudo.
- Traballar con técnicas de estudo:
 - Técnicas de lectura
 - Mapas conceptuais
 - Técnicas subliñado, resumes...
- Potenciar no posible as aprendizaxes significativas, buscando a funcionalidade dos aprendizaxes.
- Adestrarse para os exames: Resolver probas antigas

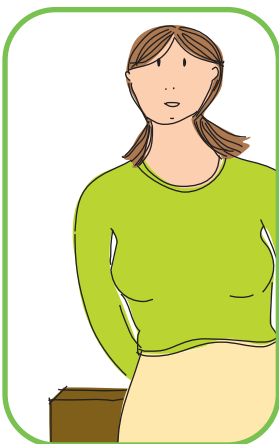
5. Realización das probas. Pautas

- Preséntate co material necesario
- Le totalmente os enunciados. Percibe o sentido das preguntas
- Distribúe o tempo
- Comeza polo máis doado
- Non escribas cousas incertas
- Coida as opinións persoais. Evita as controversias.
- Coida a caligrafía.

A busca na empresa privada como saída laboral

A busca de emprego na empresa privada constitúe unha das opcións con maiores posibilidades, por iso será o aspecto no que máis nos deteñamos no resto da Guía.

Cando unha empresa necesita incorporar novo persoal pon en marcha un proceso de captación e selección, que segundo o seu tamaño, o posto a cubrir ou a súa filosofía, será máis ou menos sofisticado, con mais ou menos probas. A intención é valorar as



Carme busca emprego na empresa privada

condicións persoais e profesionais das persoas candidatas para asegurarse de escoller á máis adecuada e evitar correr o risco de introducir na empresa a unha persoa pouco indicada para o posto e obrigue a iniciar novamente todo o proceso, cos trastornos do ritmo de traballo e perdas de tempo e eficacia.

As empresas privadas utilizan, basicamente, dúas vías para cubrir as súas necesidades de persoal, estas son:

Vía interna: busca persoal dentro da propia organización empresarial.

Vía externa: busca persoal fora da empresa, a través das oficinas de emprego, empresas de traballo temporal, Consultoras de RR.HH, recomendacións, curriculum enviados, outras empresas...

Son moitas as canles a través das que podes obter datos e información interesante que te permitirá participar en procesos de selección de persoal dentro da empresa privada.

Fases dos procesos de selección de persoal

ACTIVIDADE

1. Análise e descrición do posto

DESCRICIÓN

Identifícanse os contidos de cada posto, o perfil e requirimentos idóneos. Decídense as probas a realizar para determinar os coñecementos e habilidades precisas.

RESPONSABLE (S)

As persoas encargadas da area afectada e o departamento de persoal.

ACTIVIDADE

2. Recrutamento e captación

DESCRICIÓN

O obxectivo é atraer candidatas/os, entre as/os cales se seleccionarán a futuras/os empregadas/os, as fontes externas máis utilizadas son: anuncios de prensa, colexios profesionais, asociacións e centros educativos, empresas de selección de persoal, candidaturas recomendados por membros da empresa, servizos públicos de emprego... Realízase unha primeira análise das persoas candidatas en función dos requisitos establecidos. Obtense un listado de persoas preseleccionadas.

RESPONSABLE (S)

Departamento de persoal

ACTIVIDADE

3. Selección

DESCRICIÓN

Ten por obxecto avaliar as características persoais e profesionais das persoas candidatas, para escoller entre elas as que máis se adaptan. Consta basicamente de dúas fases: probas e entrevistas.

4. A busca activa de emprego

RESPONSABLE (S)

Responsables da area afectada e Departamento de Persoal.

Probas:

Son instrumentos que valoran a personalidade, as actitudes, habilidades e os coñecementos das persoas candidatas. Serán de diversos tipos en función do tipo de posto a cubrir: de coñecemento, intelixencia, de aptitude, de personalidade, médicas

Entrevistas:

Nelas obtense información sobre a presenza persoal, os coñecementos, as opinións e maneiras de desenvolverse dos/as candidatos/as.

Existen unha serie de características personais que so se detectan por medio dunha entrevista.

Explorase en profundidade a experiencia laboral, dando énfases ós elementos de semeianza dos empregos anteriores co vacante: coñecementos, habilidades, responsabilidades, produtividade, ...

ACTIVIDADE

4. Decisión

DESCRIPCIÓN

Con todos os datos anteriores, reúnense as persoas responsables do proceso e determinan quen ou quenes son os/as candidatos/as idóneos/as.

RESPONSABLE (S)

Dirección do departamento de persoal.

LEMBRA

Vantaxes e Inconvenientes da busca activa de emprego

VANTAXES

- Encontrar traballo.
- Información e contactos.
- Que te chamen para unha entrevista.
- Darte a coñecer.
- Sensación de utilidade e actividade, de que estás facendo "algo".
- Aprender a organizarte
- Obter un maior coñecemento do mercado laboral.
- Ofrecer unha imaxe de persoa con iniciativa
- Buscar nas empresas que ti queres.
- Aprender a responsabilizarte dos teus propios actos.

INCONVENIENTES

- Os resultados poden tardar en chegar.
- Que te desanimas se non te chaman ou reciben.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

5.1. Fontes de información e recursos

Hoxe en día, existen numerosas fontes de información para a busca activa de emprego, que poden clasificarse según se traten de organismos ou medios de carácter público, privado ou fontes de difusión.

Entre os organismos públicos ós que debe dirixirse calquera demandante de emprego, destacan os seguintes:

Oficinas do Servizo Público de Emprego

Técnicas/os de Emprego Local

Boletíns oficiais

Centros de Formación Ocupacional

Centros de Información Xuvenil

Centros de Información á Muller (CIM)

Embaixadas e Consulados

Universidades

Rede Eures

En canto as fontes de información de carácter privado, as máis representativas son as seguintes:

Sindicatos

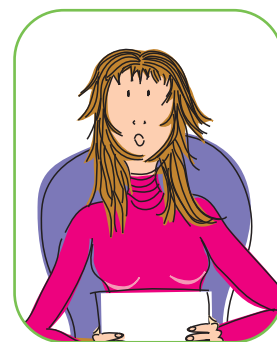
Empresas e Confederacións/Asociacións de Empresarias/os

Axencias Privadas de Colocación

Empresas de Traballo Temporal (ETT's)

Consultoras de RR.HH

Colexios e Asociacións Profesionais



5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Cámaras de Comercio

Fundacións

Rede de contactos

Finalmente, podemos considerar tamén como fontes de información outros medios de difusión, tales como:

Prensa diaria e suplementos de emprego dominicais

Libros, publicacións e prensa especializada

Anuarios e Guías de Empresas

Páxinas Amarelas

Foros e Seminarios

Feiras de Emprego

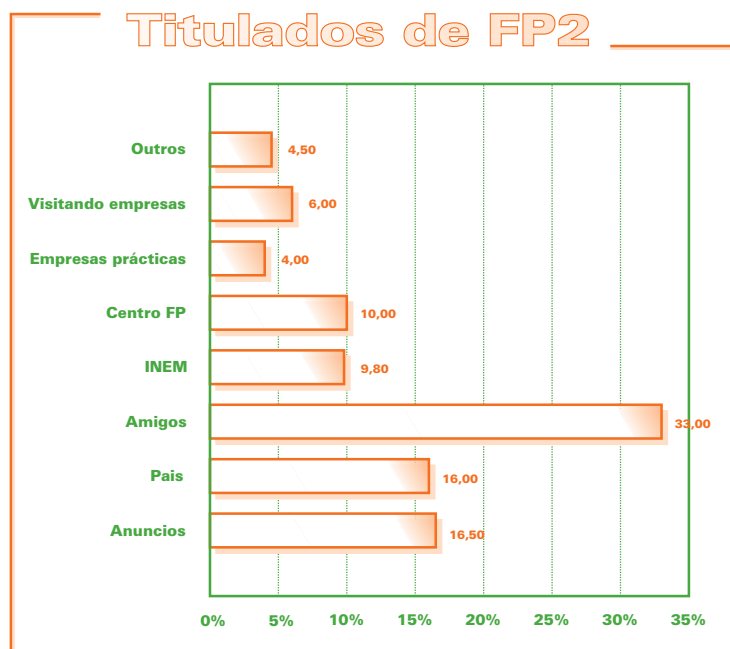
Programas de radio e televisión

Internet (portais de emprego, páxinas de empresas, directorios...)

Hoxe necesítase ter unha postura proactiva, que, sen prescindir dos recursos tradicionais; como a resposta a anuncios de ofertas de emprego, amizades ou familiares, nos permita asumir o protagonismo da busca activa de emprego, coa candidatura espontánea e o contacto directo con posibles oferentes.

Nos seguintes cadros observarás como dende os últimos dez anos, se ten experimentado un forte cambio na valoración sobre os medios máis habituais, adecuados e eficaces para a procura de emprego.

Anos noventa

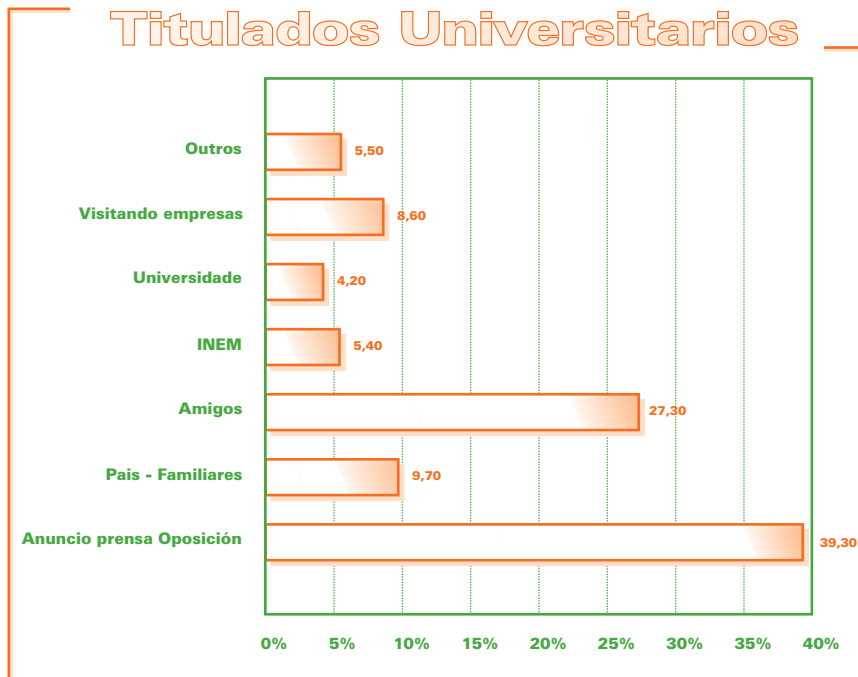


IDEA CLAVE

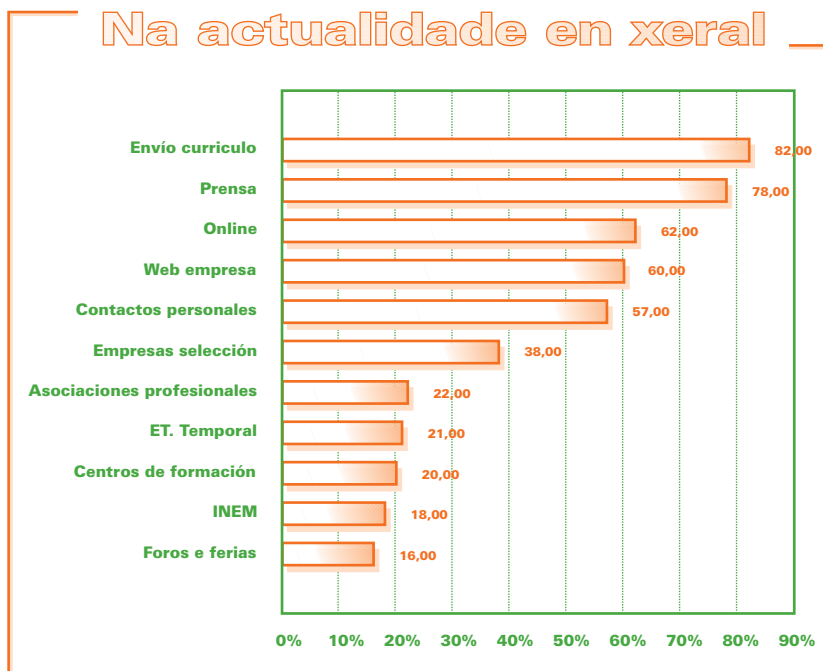
Utiliza sempre diferentes canles de busca ó mesmo tempo. Vai a ser necesario simultanear diversos medios de busca activa de emprego, cantos mais mellor, pode supoñer unha multiplicación das túas posibilidades. E non deixes exclusivamente en mans de outras persoas a tua inserción laboral.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Anos noventa



Na actualidade (en xeral)



5. Instrumentos para a busca activa de emprego

5.1.1. Oficinas do Servizo Público de Emprego

Dentro da Administración pública podemos atopar unha serie de recursos como Consellarías, Direccións Xerais ou Servizos públicos de emprego que dirixen o seu traballo á promoción e creación de emprego, mediante políticas sociolaborais, programas de orientación laboral e programas de inserción laboral.

Os servizos públicos de emprego son un espazo de busca que te permiten entrar en procesos de selección, obter orientación e asesoramento sociolaboral e realizar cursos de formación ocupacional.

Dentro destes servizos públicos destacan as Oficinas de emprego nas que se traballa directamente coas persoas demandantes de emprego prestando servizos tales coma:

Inscripción e rexistro como demandantes.

Oferta de colocación adecuada.

Información sobre medidas de fomento do emprego.

Información sobre formación profesional ocupacional.

Información e tramitación de prestacións e subsidios por desemprego.

Información e tramitación da Renda Activa de Inserción Laboral.

Orientación Profesional.

Oferta de emprego procedente da UE.

Recurso

Inscrición como demandante de emprego

Obxecto

-É necesario estar inscrito como demandante na Oficina de Emprego, porque é a maneira de acceder ás ofertas de traballo canalizadas a través deste organismo,

-Tamén é a maneira de poder beneficiarse de políticas e medidas públicas que incentiven a contratación.

Proceso

-É importante que selecciones adecuadamente as ocupacións nas que te vas a inscribir, pensa que si elixes aquelas que presentan unha gran saturación de demandantes, terás un número importante de competidoras/es aspirando ós mesmos postos que ti. Oriéntate e rexístrate en ocupacións con boas perspectivas e para as que teñas as competencias profesionais adecuadas.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

-Non te esquezas de actualizar o teu historial profesional ou C.V. cada certo tempo; comunica todos os cambios que consideres importantes: cada curso realizado, experiencia de traballo, cambio de ocupacións preferentes, ... Trátase de manter sempre unha actitude dinámica.

Recurso

Orientación laboral

Obxecto

-Facilitar ferramentas que fagan posible a busca autónoma de emprego; axudando así a conseguir os teus obxectivos profesionais: ofrecéndote información actualizada, colaborando na planificación da inserción e adestrandote na busca de emprego.

Proceso

-A actividade central consiste nunha entrevista en profundidade, onde o persoal técnico en orientación procurará detectar aptitudes, coñecementos, experiencias e actitudes da persoa demandante fronte ó emprego para así, axudar a deseñar un itinerario profesional capaz de mellorar a túa posición no mercado de traballo.

-É necesario que as prepares previamente. Aquí podes encontrar información e recursos concretos, pensa nas cousas que te facilitarán a busca.

Recurso

Formación Ocupacional

Obxecto

-E unha oportunidade para mellorar a túa capacitación para o emprego. Formándote directamente nas competencias específicas para o desenvolvemento da túa ocupación ou en áreas transversais ou polivalentes.

Proceso

-Como sabes estes cursos están suxeitos a programacións de carácter anual, e non se realizan sempre os mesmos, procura interesarte por varios, inscribíndote e informarte puntualmente das previsións e datas de inicio.

A continuación se recolle un directorio coas de entidades e organismos públicos onde poderás iniciar a túa busca activa de emprego:

CONSELLERIA DE TRABALLO

Complexo Administrativo San Lázaro, s/n 15703 Santiago de Compostela

Tfno: 981 543699-981546967

Fax: 981 543636

mail: web.traballo@xunta.es

web: <http://traballo.xunta.es>

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

DIRECCION XERAL DE FORMACIÓN E COLOCACIÓN

San Lázaro, s/n 15703
Santiago de Compostela
Tfno: 981 545675
Fax: 981 544604

DIRECCION XERAL DE RELACIÓNS LABORAIS

San Lázaro, s/n
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 544666
Fax: 981 544659

DIRECCION XERAL DE PROMOCIÓN DO EMPREGO

San Lázaro, s/n
157034 Santiago de Compostela
Tfno: 981 544614
Fax: 981 544678

**DIRECCION XERAL DE PROMOCIÓN DO EMPREGO SUBDIRECCIÓN XERAL DE APOIO
Á CONTRATACIÓN A EMPREDEDORES**

San Lázaro, s/n
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 544614
Fax: 981 544678

REDE DE TÉCNICAS/OS DE EMPREGO NOS CONCELLOS E OUTRAS ENTIDADES

Tfno: 902 125000
Web: www.tecnicosempregogalicia.xunta.es

OFICINA DE EMPREGO COMPOSTELA CENTRO

Rúa Ramón Piñeiro, 7 - 9
15702 Santiago de Compostela
Tfno: 981 573173
Fax: 981 524330



IDEA CLAVE

Acudir a estes servizos implica desenvolver unha boa estratexia para calquera persoa que queira deseñar o seu itinerario personalizado de inserción laboral.

OFICINA DE EMPREGO COMPOSTELA NORTE

Rúa do Coto, 19
15704 Santiago de Compostela
Tfno: 981 570753
Fax: 981 552871

5.1.2. Centros de Formación Ocupacional

Son centros que levan a cabo accións formativas que, estando dentro da programación establecida, teñen por obxecto proporcionar ás persoas demandantes de emprego, as cualificacións requiridas polo sistema produtivo e insertarlas laboralmente, cando estas carezan de formación profesional específica ou a súa cualificación resulte insuficiente ou inadecuada.

Anualmente, o Instituto Nacional de Empleo (INEM) ou as Comunidades Autónomas con dita competencia (entre elas Galicia) elaboran a programación dos cursos formativos, con suxección aos obxectivos establecidos na planificación do Ministerio de Traballo e Asuntos Sociais, de acordo coas necesidades de formación nas distintas rexións e sectores produtivos, detectadas polo observatorio ocupacional do INEM e, en especial, a partir das tendencias de contratacións dos derradeiros tres anos, así como da inserción do alumnado formado.

DIRECCION XERAL DE FORMACION E COLOCACION

San Lázaro, s/n 15703
Santiago de Compostela
Tfno: 981 545675
Fax: 981 544604

INSTITUTO GALEGO DAS CUALIFICACIÓNS

San Lázaro s/n
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 546841
Fax: 981 546857
Web: www.xunta.es/observatorio/index.jsp
Mapa Integrado de Recursos da Formación Profesional en Galicia
Web: www.traballo-xunta-es /contenidos/gl/menú-vertical/publicaciones-estadisticas/sec publicaciones
Estudo do Mercado Laboral Provincial/ Estudo do Mercado Laboral Galicia Documentos de Traballo datos sobre Ocupacións
Informe Comarcal do Mercado Laboral
Web: www.xunta.es/conselle/as/spe/dxhc/sxcualif/igc/public/index.htm

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

OFICINA DE EMPREGO COMPOSTELA CENTRO

Rúa Ramón Piñeiro, 7 - 9
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 573173
Fax: 981 524330

OFICINA DE EMPREGO COMPOSTELA NORTE

Rúa do Coto, 19
15704 Santiago de Compostela
Tfno: 981 570753
Fax: 981 552871

CIG-FORMACIÓN

Rosalía de Castro, 79 nº 37 Baixo
15895 Milladoiro - Ames
Tfno: 981 530257 FOREM-CC.OO.
Pexigo de Abaixo, 22-bis
15703 Santiago
Tfno: 981572671
Mail: isagarcia@foremgalicia.ccoo.es
www.foremgalicia.es

CENTRO DE ORIENTACIÓN, FORMACION E EMPREGO DA CEG (COFE)

Rúa do Vilar, 54
15705 Santiago de Compostela
Tfno: 981 555888
Fax: 981 555 882
www.ceg.es

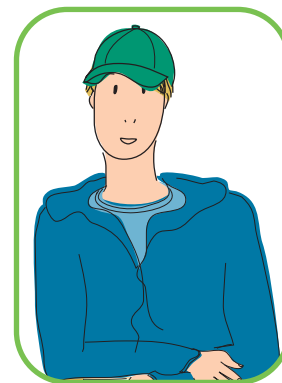
FONDO FORMACIÓN

Doctor Maceira, 15 Baixo
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 534957

5.1.3. Centros de Información Xuvenil

Constituen un servizo de atención ao público xuvenil, mediante a acollida persoal, por correspondencia ou a través de consulta telefónica ou e-mail. Nestes centros preténdese ofertar unha información plural, dinámica e pertinente, de carácter non discriminativo, a través da atención personalizada á persoa demandante de emprego.

Nesta misión e no resto de actuacións adoptanse os criterios xerais da Carta Europea da Información para a Mocidade aprobada en Bratislava, República Eslovaca, o 19 de novembro do 2004 pola 15ª Asamblea Xeral da Axencia Europea de Información e Asesoramiento para a Mocidade.



.....

DIRECCION XERAL DE XUVENTUDE E SOLIDARIEDADE

(Vicepresidencia Igualdade e Benestar)

Edificio Administrativo San Caetano, s/n15704 Santiago de Compostela

Tfno: 981 544864

Fax: 981 545843

mail: benestar@xunta.es

.....

CENTRO COORDINADOR DE DOCUMENTACIÓN E INFORMACIÓN XUvenil

Pza. do Matadoiro, s/n

15703 Santiago de Compostela

Tfno: 981 583900

Fax: 981 583942

web: www.rix.org

.....

CONSELLO DA XUVENTUDE DE GALICIA

Fonte do Santo Antonio, 25

15702 Santiago de Compostela

Tfno: 981 569560

Fax: 981 563 488

mail : info@cxg.org

web: www.cxg.org

.....

MOCIDADE

CONCELLO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

Rúa do Vilar, N° 13 1º

Santiago de Compostela

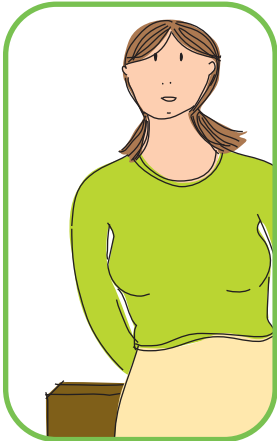
Tfno: 981 554400

Fax: 981 571511

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

PUNTO DE INFORMACION XUVENIL UMAD SANTIAGO DE COMPOSTELA

Salgueiriños, s/n
15704 Santiago de Compostela
Tfno: 981 528780



5.1.4. Centros de Información á muller (CIM)

SERVICIO GALEGO DE IGUALDADE

Pza. de Europa, 15-17 - A21 Area Central 1ª Planta
15781 Santiago de Compostela
Tfno: 981 545351 Fax: 981 545365
e-mail: sgpihm@xunta.es
web: www.xunta.es/auto/sgi/

CIM DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

Galeras, 46
15705 Santiago de Compostela
Tfno: 981 542465

5.1.5. Universidades

A Universidade contitue unha fonte de busca de emprego imprescindible, a través de que poderás acceder a información sobre ofertas de emprego, cursos de formación, becas, doutorados, estancias no extranxeiro e postos vacantes de profesorado nos tablóns de anuncios.

USC (Área de Orientación Laboral)

Campus Sur. Santiago de Compostela
Casa Jimena e Elisa Fernández de la Vega
Vicerreitoría de Estudantes e Relacións Institucionais
R/ Casas Reais, N° 8
15782 Santiago de Compostela
Tfno: 981 563100 Ext: 12850, 12851
Fax: 981 547008
mail: osix10@usc.es

.....

COIE. Centro de Orientación Integral ao/á Estudante

Pavillon Estudiantil 2º Andar
Campus Sur
15782 Santiago de Compostela
Tfno:981 563100 Ext: 14546/14544
Fax: 981595117
mail:comedir@usc.es/ aponte@usc.es
web:usc.es/gl/coies/coie.jsp

.....

5.1.6. Rede Eures

Creada no ano 1993, a Rede Eures é unha rede de cooperación entre a Comisión Europea e os servizos públicos de emprego europeos dos Estados membros do Espazo Económico Europeo (E.E.E.) (os países da UE, Noruega, Islandia e Liechtenstein) e outras organizacións asociadas.

A Rede Eures é a Rede Europea de servizos para a procura de emprego que facilita a mobilidade e colocación de persoas traballadoras noutros países do espazo económico europeo; canalizando a información sobre as ofertas de emprego e información xeral sobre as condicións de vida e traballo nos países membros.

Os recursos conxuntos dos membros e organizacións asociadas da Rede proporcionan unha sólida base para que se ofrezan servizos de alta calidade a persoas traballadoras e empresariado.

En definitiva, trátase dun xeito sinxelo de atopar información sobre as oportunidades de emprego e aprendizaxe en Europa: ofertas vacantes de emprego en 29 países europeos, curriculum vitae de candidatas/os interesadas/os, o que se necesita saber para vivir e traballar no exterior, etc.

Podes acceder a esta Rede a través de internet ou a través das oficinas ubicadas en cada provincia.

.....

REDE EURES

Oficina de emprego provincial
Pza. Rafael Dieste, s/n
15008 A Coruña
Tfno:981 291244 Fax:981 290852
mail: eures-coruna.lopez@inem.es
<http://europa.eu.int/jobs/eures/>
<http://www.eures-jobs.com>
<http://eurescv-search.com>

.....

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

5.1.7. Sindicatos

Por Sindicato enténdese o movemento ou corrente de movementos de diversas categorías socio-profesionais que, polo xeral, teñen como principal obxectivo a defensa dos intereses económicos dos seus membros.

Tipos de sindicatos:

Sindicato de Empresas: agrupa a persoas traballadoras dunha mesma empresa.

Sindicato interempresa: agrupa a persoas traballadoras de dous ou máis empregadores distintos.

Sindicato de traballadoras/es independentes: agrupa a persoas traballadoras que non dependen de ningún/a empregador/a.

Sindicato de traballadoras/es eventuais ou transitorias/os: constituído por persoas traballadoras que realizan labores baixo dependencia ou subordinación en períodos cíclicos ou intermitentes.

Sindicato de Industria: Agrupación nun sólo sindicato de traballadoras/es pertencentes a unha industria determinada, sen considerar profesión, oficio ou especialidade.

Sindicato de Oficio: Agrupación nun sólo sindicato de traballadoras/es dunha mesma profesión, oficio ou especialidade, sen consideración de industria ou empresa.

Entre outros servizos os sindicatos contan cunha área de orientación laboral, onde poderás acceder a información sobre emprego, convenios colectivos e formación ocupacional e cunha bolsa de emprego, á que pode dirixirse toda a poboación, a través da que se poñen a disposición das empresas os currículos das persoas demandantes de emprego co obxectivo de cubrir postos vacantes.

COMISIÓNS OBREIRAS (CC.OO.)

Miguel Ferro Caaveiro, 12
15703 Santiago de Compostela
Tfno:981551800
Fax:981551801
mail: sn@galicia.ccoo.es
web: www.galicia.ccoo.es

CONFEDERACIÓN INTERSINDICAL GALEGA (CIG)

Miguel Ferro Caaveiro, 10
15703 Santiago de Compostela
Tfno:981564300
Fax:981571082
mail: cig@galizacig.com
web: www.galizacig.com

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

UGT

Miguel Ferro Caaveiro, 12, 3º
15707 Santiago de Compostela
Tfno: 981 577 171 - Fax: 981 599 438
mail: ugt@galicia.ugt.org
web:www.ugtgalicia.org

SINDICATO LABREGO - COMISIÓNS LABREGAS

Touro, 21-2º
15704 Santiago de Compostela
Tfno: 981 554 147 / 580 449
Fax:981572570
mail: silaga@corevia.es

CONFEDERACIÓN NACIONAL DO TRABALLO - CNT

República do Salvador, 12
Apdo. 590
15780 Santiago de Compostela
Tfno./Fax:981590910
mail: cntensinocompos@terra.es

CSI-CSIF: CENTRAL SINDICAL INDEPENDIENTE E DE FUNCIONARIOS

Rúa Hórreo 37-2º
Santiago de Compostela
Tfno: 981 560 951
Fax: 981 575 140
mail: galicia@csi-csif.es

CENTRAL UNITARIA DE TRABALLADORES (CUT)

Pérez Constanti, 15 baixo
15705 Santiago de Compostela
Tfno./Fax: 981 584 427
mail: cutsantiago@mundo-r.com

ANPE. SINDICATO INDEPENDIENTE

Salgueiriños de Abaixo, 4, 4ºB
15705 Santiago de Compostela
Tfno: 981 552 393
Fax: 981 576 835
mail: santiago@anpe.es / mail: galicia@anpe.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

SINDICATO GALEGO DO ESPECTÁCULO

Xeneral Pardiñas, 26-2º
15701 Santiago de Compostela
Tfno: 981 599 898 / 574 400
Fax: 981 562 846

FEDERACIÓN NOROESTE DE ASOCIACIÓN SINDICAIS DE REPRESENTANTES DE COMERCIO

Hórreo, 166-1ºb
15702 Santiago de Compostela
Tfno: 981 599 695

UNIÓN SINDICAL DE TRABALLADORES DE GALICIA (USTG)

Av. Mestre Mateo, 9-1ºB.
15706 Santiago de Compostela
Tfno/Fax: 881 976 929
mail: santiago@ustg.es

UNIÓN SINDICAL OBRERA (USO)

Maestro Mateo, 9-1º Dcha.
15706 Santiago de Compostela
Tfno. /Fax: 981 942069
mail: usosantiago@mundo-r.com

UNIÓNS AGRARIAS

Romero Donallo, 38 - entrechán
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 530 500 / 531 698
Fax: 981 531 724
mail: unionsagrarias_upagalicia@upa.es

XÓVENES AGRICULTORES-ASAJA GALICIA

Avda. de Lugo, 217-Baixo
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 552 470
Fax: 981 554 323
mail: xxaa@xovenagricultor.org

5.1.8. Empresas e Confederacións / Asociacións de Empresariado

.....

CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE GALICIA (CEG)

Rúa do Vilar, 54
15705 Santiago de Compostela
Tel.: 981 555 888 - Fax: 981 555 882
Web: <http://www.ceg.es/>
Correo-e: info@ceg.es

.....

FEDERACIÓN DE EMPRESARIAS DE GALICIA (FEGA)

Rúa do Villar nº 54
15704 Santiago de Compostela
Tel.: 981 555 888
Correo-e: carlotafega@yahoo.es
Web: <http://www.fega.net/>

.....

CONFEDERACIÓN PROVINCIAL DE EMPRESARIOS DA CORUÑA

Praza Luís Seoane, Torre 1-Entr.O
15008 A Coruña
Tel.: 981 133 702 - Fax: 981 132 598
Web: <http://www.cec.es/>

.....

ASOCIACIÓN FORESTAL DE GALICIA

Vilar, 33, 1º - 15705
Santiago de Compostela
Tel.: 981 564 011 - Fax: 981 563 379
Correo-e: asforgal@iies.es
Web: www.asociacionforestal.org/

.....

FEDERACIÓN DE ESCOLAS FAMILIARES AGRARIAS DE GALICIA

Centro Empresarial Compostela
Fernando III - Santo 32- baixo
15701 Santiago de Compostela
Tel.: 981 553 357 - Fax: 981 553 997
Correo-e: fefaga@corevia.com

.....

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

FEDERACIÓN FRISONA GALEGA

Rúa Melide 25-27 Bajo
15705 Santiago de C.
A Coruña - España
Tel.: 981 573 775 - Fax: 981 573 879
Web: <http://www.fefriga.com/>
Correo-e: fefriga@fefriga.com

FEDERACIÓN GALEGA DA CONSTRUCIÓN

Senra,21,2 ° - 15702 Santiago de Compostela
Tel.: 981 565 668/560 289 - Fax: 981 589 998/561 161
Correo-e: fegacons@mx3.redestb.es

FEDERACIÓN GALEGA DE ACADEMIAS

Avda.De Lugo,2-A,Baixo - 15702 Santiago de Compostela
Tel.: 981 553 584 - Fax: 981 553 239
Correo-e: fega@ctv.es

FEDERACIÓN GALEGA DE TRANSPORTES DE MERCANCIAS

Ramón Cabanillas,5-7,2b - 15701 Santiago de Compostela
Tel.: 981 597 500 - Fax: 981 598 620

FEDERACIÓN AUTONÓMICA DE CENTROS DE ENSINO PRIVADO DE GALICIA

Rúa do Vilar,54 - 15705 Santiago de Compostela
Tel.: 981 224 709 - Fax: 986 228 370
Web: <http://www.cece-galicia.com>
Correo-e: accoruna@cece.es

ASOCIACIÓN DE ARTES GRÁFICAS E IMPRESIÓN DE GALICIA

Cruza,4 -2 °f - 15895 O Milladoiro ((Ames)
Tel.: 81 534 142 - Fax:981 520 284
Correo-E: aeagg@aeagg.org
Web: <http://www.aeagg.org/>

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACIÓN DE EMPRESARIOS DE HOSTELERÍA

República Argentina,38-1 º Esq. - 15706 Santiago de Compostela
Tel.: 81 592 700 - Fax:981 598 099
Correo-E: asoch@corevia.com

ASOCIACIÓN DE EMPRESARIOS DE POMPAS FÚNEBRES DE GALICIA

Entremurallas,6 ,1 ºo 15702 Santiago de Compostela
Tel./Fax:981 561 121

ASOCIACIÓN DE EMPRESARIOS E PROFESIONAIS COMPOSTELA MONUMENTAL

Rúa do Vilar 29, 2º
15705 Santiago de Compostela
Tel.: 981 575 919 - Fax: 981 589 143
Correo-e: cca@compostelamonumental.es
Web: <http://www.compostelamonumental.es/cca>

ASOCIACIÓN DE PRODUTORES E DISTRIBUIDORES DE ENERXÍA DE GALICIA

Area Central,Praza Europa,15 A -4 ºA 15707 Santiago de Compostela
Tfno: 81 569 640
Fax:981 569 641
mail: gapyde@teleline.es

ASOCIACIÓN GALEGA DE COMERCIO ELECTRÓNICO-ASGACE

Rúa das Orfas, 2
15705 Santiago de Compostela
Tfno: 902 014 945 / 981 552 254
Fax: 981 577 449
mail: info@asgace.org
web: www.asgace.org

ASOCIACIÓN GALEGA DE COOPERATIVAS AGRARIAS

Tomiño,22 Entreprenta
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 81 584 783
Fax:981 558 275
mail: agaca@ccae.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CEXGA-CÍRCULO DE EXPORTADORES GALLEGOS

Rúa do Vilar,21-1 °
15705 Santiago de Compostela
Tfno: 81 557 477
Fax:981 557 478
mail: cexga@wanadoo.es

UNIÓN GALEGA DE COOPERATIVAS DE TRABALLO ASOCIADO

Alfredo Brañas,25-1 ° D - Santiago de Compostela
Tfno: 81 591 617
Fax:981 591 617
mail: ugacota@coceta.com
web: www.ugacota.org

UNIÓN HOSTELEIRA GALEGA

Betanzos,18-1 °D
15703 Santiago de Compostela
Tfno./Fax:981 576 034
mail: informacion@concentracionmotos.com
web: www.unionhosteleira.com

UNIÓN PROFESIONAL DE GALICIA

Unión Profesional de Galicia
San Pedro de Mezonzo,39-41 baixo
15701 Santiago de Compostela
Tfno: 981 595 562
Fax:981 595 958

5.1.9. Empresas de Trabajo Temporal (ETT's)

As empresas de traballo temporal (ETT'S) contratan a traballadoras/es para despois cedelos a outras empresas de forma temporal, prestándolles así un servizo integral, rápido e eficaz de xestión de persoal.

As empresas de traballo temporal ofertan postos de traballo durante todo o ano, pero son as épocas de estivais, verán e nadal, onde se rexistran un maior número de contratacións.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Para poder traballar a través dunha ETT tes que acudir directamente co teu curriculum vitae a unha das súas oficinas. Alí cubrirás unha ficha cos teus datos pessoais e profesionais.

.....

ADECCO ETT.

Romero Donallo, 3 Baixo
15706 Santiago de Compostela
Tfno:981 954870
Fax:981 954871
e-mail: paula.villar@adecco.es
pilar.requeijo@adecco.es

.....

ADER RR.HH ETT. S.A.

Galeras, 17 1ªPuerta 6
15705 Santiago de Compostela
Tfno:981 594074
Fax:981 594072
e-mail: santiago@ader.net

.....

EMPREGO EXTERNO ETT. S.L.

Ciudad del Transporte, Vía Edison, 1 1ºoficina 6
Poligono do Tambre
15780 Santiago de Compostela
Tfno:981 552861

.....

FLEXIPLAN

Galeras, 13 1º oficina 6
15705 Santiago de Compostela
Tfno:981 557194
Fax: 981 557196
e-mail: montero.flexiplan@aulen.com

.....

INTEREUROPEA DE TRABAJO TEMPORAL

Home Santo, 74
Santiago de Compostela
Tfno:981 588073

.....

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

LABORMAN

Rúa da Rosa, 36 Baixo
15701 Santiago de Compostela
Tfno:981 590010
Fax:981 590046

MANPOWER

Avda. Vilagarcia, 19 Baixo
15706 Santiago de Compostela
Tfno:981 594400
Fax:981 594571
e-mail: santiago@manpower.es

NORTEMPO ETT. S.L.

Restollal, 37 Baixo
15702 Santiago de Compostela
Tfno:981 590565
Fax:981 591034
e-mail: directivosantiago@nortempo.com

PEOPLE TRABAJO TEMPORAL

Senra, 19 1ºA
15702 Santiago de Compostela
Tfno:981 577255
Fax:981577270
e-mail: elena_fernandez@sesastart.com

RANDSTAD

Xeral Pardiñas, 5 1º B
15701 Santiago de Compostela
Tfno:981 568360
Fax: 981 582193
e-mail: santiago@randstad.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

SERVICIOS EMPRESARIALES TRABAJO

TEMPORAL, S.L.

Xeral Pardiñas, 22

15701 Santiago de Compostela

Tfno:981 591612

SEÑOR

Fernando III O Santo, 32 B

15702 Santiago de Compostela

Tfno: 981553367

UNITED SERVICES SPAIN BACK-OFFICE S.L.

Senra, 19

15702 Santiago de Compostela

Tfno: 981577255

5.1.10. Consultoras de Recursos Humanos

Constituen un instrumento de información laboral cada vez máis empregado polas grandes empresas e PEMES (Pequeñas e Medianas empresas) para a contratación de persoal.

É recomendable enviar o curriculum vitae ou aproveitar a súa participación habitual en Foros ou Feiras de emprego, para contactar directamente. Un bo momento para poñer-te á súa disposición será xusto cando remates os estudos ou cando te atopes no último curso.

ADER RR.HH ETT. S.A.

Galeras, 17 1ªPuerta 6

15705 Santiago de Compostela

Tfno:981 594074

Fax:981 594072

e-mail: santiago@ader.net

INSTITUTO DE DESARROLLO EMPRESARIAL - GRUPO VÉRTICE

República do Salvador, 6

Tfno:902 105 119

Fax: 981 572 281

Web: <http://www.grupovertice.com>

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CONSULTORA IMAN

Arzúa, 12
15704 Santiago de Compostela
Tfno:981 554124 Fax:981 554543
Web: www.imam.es

CONSULTORA SERVIGUIDE

Galeras, 17
15705 Santiago de Compostela
Tfno:981 552059
Web: www.serviguide.com
Juan Florez, 82, local 6
15005 A Coruña
gestion@serviguide.com
Urzaiz 27 1º A 36201 Vigo

CEES S.L.

RECURSOS HUMANOS: CONSULTORIAS

Frei Rosendo Salvado, 15
15701 SANTIAGO DE COMPOSTELA (A CORUÑA)
Tfno: 981 553 452

BASCUAS ASESORES

C/ Gradín, 39
A Estrada 36680
986 59 01 26 Fax: 986 59 01 26

GRUPO CLAVE CONSULTORES, S.A.

Restollal, 37 Baixo
15702 Santiago de Compostela
Tfno:981 594970
e-mail: administracion@grupoclave.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

FUNDOSA SOCIAL CONSULTING

(FUNDACION ONCE)

Laverde Ruiz, N° 4 Bajo

15702 Santiago de Compostela

Tfno:981 554483

Web: www.fsc.es

SOLUZIONA

Rúa Pedro Teixeira 18, 10 planta.

28020 Madrid

www.soluzionacom.com

empleo@soluzionacom.com

CONSULTA Y SELECCIÓN S.A.

GRUPO BLC

Principe de Vergara, 13 3° A

28002 Madrid Tel: 91 4317604

selecciones@consultayseleccion.es

www.consultayseleccion.es

DDPP CONSULTORES

Pº de la Castellana 134 9ª izqda.

28046 Madrid

91.745.4630

www.dopp.es

MARKOP CONSULTORES S.L.

San Antón, 72

Oficinas Real Center, 5ª of. 4

958 258 902

18005 Granada

IOR CONSULTING S.A.

Pº de la Castellana, 121, esc. dcha.

28046 Madrid

www.ior.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

PER-CO CONSULTORES

Pº Habana, 24 28036 Madrid
Telf: 91 5619347

MERCURI URVAL S.A.

Columela, 5
28001 Madrid
madrid@mercuri-urval.es
www.mercuri-urval.com

UMANO CONSULTORIA S.L.

Victoria 28 entreplanta
09004 Burgos

MICHAEL PAGE

Apolonio Morales 29
28036 Madrid
www.michaelpage.es

HAY SELECCIÓN

91 4313388

HUMAN

Esteban Terradas 1 1ª planta
28036 Madrid
Telf. 91 3145654
www.human-ms.es

PRICEWATERHOUSECOOPERS

Pº Castellana, 93
28046 Madrid
pwcseleccion.abas@pwcglobal.com

5.1.11. Colexios e Asociacións Profesionais

Son Corporacións de dereito público, amparadas pola Lei e recoñecidas polo Estado, con personalidade xurídica propia e plena capacidade para o cumprimento dos seus fins. Están reguladas pola Lei 2/1974, do 13 de febreiro, sobre Colexios Profesionais; onde se recolle como unha das súas funcións:

"Participar na elaboración dos planes de estudo e informar sobre as normas de organización dos Centros docentes correspondentes ás profesións respectivas e manter permanente contacto cos mesmos e preparar a información necesaria para facilitar o acceso á vida profesional das/os novas/os profesionais".

Nos Colexios ou Asociacións profesionais están á túa disposición listados para cubrir vacantes e información sobre oposicións, cursos, masters, becas, xornadas e congresos.

.....

COLEXIO OFICIAL DE ENXEÑEIROS DE MONTES

Colexio autonómico en Santiago de Compostela
Tfno: 981 553143 Fax: 981 553329
Web: www.ingenierosdemontes.org

.....

COLEXIO OFICIAL DE ENXEÑEIROS TECNICOS FORESTAIS DE GALICIA

Sánchez Freire, 64 Baixo Dereita
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 524731 Fax: 981520077
Web: www.forestaisgalicia.es
e-mail: coetforeftgal@wol.es

.....

COLEXIO OFICIAL DE DOUTORES E LICENCIADOS EN FILOSOFÍA E LETRAS E CIENCIAS

Rúa Nova 44, 1º
15704 Santiago de Compostela
Tfno: 981 581911 Fax: 981 581911

.....

COLEXIO OFICIAL DE QUIMICOS DE GALICIA

Urzáiz, 1 2º Dereita
36201 Vigo
Tel: 986437915 - Fax: 986220681
Web: www.colquiga.org
e-mail: secretaria@colquiga.org

.....

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

COLEXIOS OFICIAIS DE ECONOMISTAS

Rúa Nova, 33 2º
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 573236 Fax: 981 572863
e-mail: santiago@economistas.org
Web: <http://www.economistascoruna.org>

COLEXIOS OFICIAIS DE GRADUADOS SOCIAIS

José Luis Bugallal y Marchesi, A -5 1º
15008 A Coruña
Tfno: 981 151876 Fax: 981 234404
Web: www.graduadosociales.org
e-mail: colegio@graduadosociales.org

COLEXIO DE DOUTORES E LICENCIADOS EN CIENCIAS POLÍTICAS E SOCIOLOXIA DE GALICIA (POLITÓLOGOS/AS E SOCIÓLOGOS/AS)

Centro Empresarial Compostela
Fernando III O Santo, 32 Baixo
15701 Santiago de Compostela
Tfno: 981553521 / 675800708 - Fax: 981553997
e-mail: colexio.galicia@colpolsoc.org

COLEXIO DE ENXEÑEIROS TÉCNICOS DE MINAS

Alejandro Novo González, 4 Local 1-2
15706 Santiago de Compostela
Tel: 981534356 - Fax: 981534357
Correo-e: correo@coitmgalicia.com
Web: <http://www.coitmgalicia.com>

COLEXIO PROFESIONAL DE XORNALISTAS DE GALICIA

San Pedro de Mezonzo, 48 1ºC
15701 Santiago de Compostela
Tfno: 981 935670 Fax: 981 935669
Web: <http://www.xornalistas.com>
e-mail: xornalistas@xornalistas.com

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

COLEXIO OFICIAL DE ENFERMERIA

Romero Donallo, 27 1Entrep.
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 598870 Fax: 981 598870
Web: <http://www.ocensf.org>

COLEXIO OFICIAL DE MÉDICOS

San Pedro de Mezonzo, 39-41 Baixo
15701 Santiago de Compostela
Tfno: 981 595562 Fax: 981 595958
Correo-e: cstg@comc.es
Web: <http://www.comc.es>

COLEXIO OFICIAL DE FARMACÉUTICOS

Riego de Agua, 29 4º
15001 A Coruña
Tfno: 981 223014 Fax: 981 226191
e-mail: cofacoruna@redfarma.org

COLEXIO OFICIAL DE VETERINARIOS

Polígono de Matogrande, rúa 3
Edificio Ligrís Bugallido
15009 A Coruña
Tfno: 981 139171 Fax: 981 139172
Web: www.colvet.es/lacorunia/
e-mail: acoruna@colvet.es

COLEXIO OFICIAL DE ODONTÓLOGOS E ESTOMATÓLOGOS

Riego de Agua, 29 3º
15001 A Coruña
Tel: 981229518 - Fax: 981201951
Web: www.infomed.es/cxregion
e-mail: cooe15@infomed.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

COLEXIO DE EDUCADORES SOCIAIS DE GALICIA

Gómez Ulla, 7 3º
15702 Santiago de Compostela
Tfno: 981 552206 Fax: 981 938274
Web: <http://www.colexioeducadores.com>
Correo-e: ceesg@colexioeducadores.com

COLEXIOS PROFESIONAIS DE AVOGADOS EN GALICIA

Eduardo Pondal, 4 Baixo
15702 Santiago de Compostela
Tfno: 981 581713 Fax: 981 581132
Web: www.icasantiago.org
e-mail: icasantiago@avogacia.org

COLEXIO DE OPTICOS

Avda. de San Lázaro, 73 1ºB
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 580744 Fax: 981 580744
Web: www.cnoo.es
e-mail: webmaster@cnoo.es

COLEXIO DE DIPLOMADOS EN TRABALLO SOCIAL E ASISTENTES SOCIAIS DE GALICIA

Rúa Dublín, nº 6 Baixo, porta 3
15707 Santiago de Compostela
Tfno: 981 568100 - fax: 981568100
Correo-e: xerencia@traballosocial.com
Web: <http://www.traballosocial.com>

COLEXIO OFICIAL DE FISICOS

Web: www.cofis.ess
e-mail: correo@cofis.es

COLEXIO DE XEOGRÁFOS

Web: www.geografos.org
e-mail: info@geografos.org

.....

COLEXIO ENXEÑEIROS TECNICOS EN TOPOGRAFÍA

Santiago de Compostela
Tfno: 981 586912
Web: www.coit-topografia.es
e-mail: coit-topografia@coit-topografia.es

.....

COLEXIO OFICIAL DE BIÓLOGOS

García Prieto, 58 1ºA Apartado 1130
15780 Santiago de Compostela
Tfno: 981 531 440 Fax: 981 534225
Web: <http://www.biologosdegalicia.org>
e-mail: info@biologosdegalicia.org

.....

COLEXIO DE ENXEÑEIROS TECNICOS INDUSTRIAIS

Avda de Vilagarcía, 13
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 591472 Fax: 981 954820
Web: www.cgeti.org/cgeti/
e-mail: santiago@coeticor.org

.....

COLEXIO ENXEÑEIROS TECNICOS EN OBRAS PÚBLICAS

Praza de Europa, 15 A 6ºB
15703 Santiago de Compostela
Tfno: 981 577737 - Fax: 981578179
Correo-e: itopgalicia@dovytec.es

.....

COLEXIO OFICIAL DE TITULADOS MERCANTÍS E CCIAS. EMPRESARIAIS

Nicaragua, 10 1ºD
15005A Coruña
Tfno: 981 271323 Fax: 981 142441
Web: www.redytel.com/ctmercantiles/
e-mail: ctmercantiles@enlared.es

.....

COLEXIO OFICIAL DE PSICÓLOGOS DE GALICIA

Espiñeira, 10 Baixo
15706 Santiago de Compostela
Tfno: 981 534049 Fax: 981 534983
Web: <http://www.copgalicia.es>
e-mail: copgalicia@correo.cop.es

.....

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

COLEXIO OFICIAL DE ENXEÑEIROS DO I.C.A.I.

Hórreo, 89 2ºEsquerda
15702 Santiago de Compostela
Tel: 981590934

COLEXIO OFICIAL DE REXISTRADORES DA PROPIEDAD

A Muíña, 1B Baixo
15703 Santiago de Compostela
Tel: 981563688 - Fax: 981564121

COLEXIO DE ARQUITECTOS TÉCNICOS E APARELLADORES

Hórreo, 96 Baixo
15702 Santiago de Compostela
Tel: 981575718 - Fax: 981573668
Correo-e: santiago@coaatac.org

COLEXIO DE PROCURADORES

Edificio de Xulgados.
R/Viena, s/n. Pol. De Fontiñas
15703 Santiago de Compostela
Tel: 981583817 - Fax: 981583466
Correo-e: procura@teleline.es

COLEXIO OFICIAL DE ARQUITECTOS DE GALICIA

Praza da Quintana, 3
15704 Santiago de Compostela
Tel: 981552400 - Fax: 981561658
Web: <http://www.coag.es>
Correo-e: coagsantiago@coag.es

COLEXIO OFICIAL DE ENXEÑEIROS INDUSTRIAIS DE GALICIA

Ramón Piñeiro, 11 Baixo
15702 Santiago de Compostela
Tel: 981568220 - Fax: 981568221
Correo-e: congals@iies.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

COLEXIO PROFESIONAL DE ENXEÑARÍA TÉCNICA EN INFORMÁTICA DE GALICIA

Centro de Negocios La Rosa 22
A Rosa, 22 3º esquerda
15701 Santiago de Compostela
Correo-e: info@cpetig.org
Web: <http://www.cpetig.org>

COLEXIO OFICIAL DE LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA E CIENCIAS DA ACTIVIDADE FÍSICA E O DEPORTE DE GALICIA

Fernando III O Santo, 32 Baixo. Despacho 11b
15701 Santiago de Compostela
Tel: 981553363 - Fax: 981553997
Correo-e: colef@coleg Galicia.com
Web: <http://www.coleg Galicia.com>

ASOCIACION GALEGA DE ENXEÑEIROS AMBIENTAIS (AGAEA)

Universidade de Santiago de Compostela
Tfno: 981 563100 Ext.: 16703

ASOCIACION GALEGA DE ENXEÑEIROS QUIMICOS

Departamento de Enxeñaría Química (USC)
Tfno: 981 582500 Ext: 16781 Fax: 981 595012
Web: www.gratisweb.com/agaeq/
e-mail: agaeq@agaeq.es

ASOCIACIÓN DE LICENCIADOS EN CIENCIA E TECNOLOXIA DOS ALIMENTOS DE GALICIA (ALTAGA)

Lugo
Tfno: 982 285900 Ext: 24146 Fax: 982 285872
Web: www.altaga.org
e-mail: altaga@lugo.usc.es

REAL SOCIEDAD MATEMATICA ESPAÑOLA

Tfno: 913 944937 Fax: 913 945027
Web: www.rsme.es
e-mail: secretaria@rsme.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACION GALEGA DE XERMANISTA (AGX)

Santiago de Compostela
Tfno: 981 590029 Fax: 981 590029
Web: www.fage.es/agx.htm
e-mail: agxermanistas@yahoo.es

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ESTUDIOS CLASICOS

Madrid
Tfno: 91 5642538 Fax: 91 5645616
Web: www.estudiosclasicos.org/inicio.htm
e-mail: estudiosclasicos@estudiosclasicos.org

SOCIEDAD DE ESTUDIOS LATINOS

Madrid
Tfno: 91 5311503

ASOCIACIÓN DE MESTRES DE FRANCÉS

Apartado 758 - Santiago de Compostela
Tel./Fax: 981 599 460
Web: www.galigalia.com/
Correo-e: apfgalicia@terra.es

MESA POLA NORMALIZACION LIGÜISTICA

Santiago de Compostela
Tfno: 981 563855 Fax: 981 583782
Web: www.amesanl.org/inicio.html
e-mail: amesa@amesanl.org

COORDINADORA DE TRABALLADORES/AS DE NORMALIZACIÓN LINGÜÍSTICA

Apdo.771 - 15701 Santiago de Compostela
Tel.: 986 570 165 /619 045 310 - Fax: 986 570 165
Web: www.ctnl.org
e-mail: info@ctnl.org

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACION DE TRADUCTORES DE GALEGO

Vigo

Tfno: 986 812359 Fax: 986 812380

ASOCIACIÓN DE MESTRES DE INGLÉS DE GALICIA

Gómez Ulla,16-4 °b

15702 Santiago de Compostela

Tel./Fax:981 552 349

Correo-e: info@apiga.org

Web: www.apiga.org

ASOCIACION INTERNACIONAL DE HISPANISTAS

Hanover (EEUU)

Tfno: 603 6462599

Web: www.dartmouth.edu/

e-mail: carlos.alvar@unibas.ch

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ITALIANISTAS

Salamanca

Tfno: 923 294445 Ext: 1773 Fax: 923 294628

ASOCIACION INTERNACIONALDE LUSITANISTAS

Coimbra - Portugal

Tfno: 39 4109900 Fax: 39 705445

SOCIEDAD DE LINGÜÍSTICA ROMANICA

Nancy (Francia)

Tfno: 38 3962176 Fax: 38 3972456

ASOCIACION EMPRESAS GALEGAS DO AUDIOVISUAL (AEGA)

Tfno: 981 599599 Fax: 981 594812

Web: www.culturagalega.org

e-mail: administracion@aega.tv

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACION DE PERIODISTAS DE GALICIA

Santiago de Compostela
Tfno: 981 540655 Fax: 981 540819
Web: www.crtvg.es/apg/
e-mail: apg@crtvg.es

ASOCIACIÓN DE PRENSA

Santiago de Compostela
Tfno: 981 571980
Web: www.civila.com/hispania/archivos/apsc/
e-mail: apsc@iname.com

ASOCIACION GALEGA DE PRODUTORAS INDEPENDENTES (AGAPI)

Tfno: 981 577547 Fax: 981 564322
Web: www.agapi.org
e-mail: agapi@agapi.org

ASOCIACION DE XORNALISTAS GRAFICOS DE PRENSA E TELEVISION

Tfno. e Fax: 981 576400

ASOCIACION DE XORNALISTAS DE VIGO

Vigo
Tfno. e Fax: 986 270296

ASOCIACION DE ASOCIACIONES DE CRIMINOLOGOS DE ESPAÑA (F.A.C.E.)

Web: www.criminologos.net

ASOCIACION PROFESIONAL DE PEDAGOGOS/AS DE GALICIA

Santiago de Compostela
Web: www.apeg.org
e-mail: secretario@apega.org

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACION NACIONAL DE DOCTORES Y LICENCIADOS EN PSICOPEDAGOXÍA

Web: www.psicopedagogia.com/
e-mail: info@psicopedagogia.com

ASOCIACION SOCIOPEDAGOXICA GALEGA

Santiago de Compostela
Tfno. e Fax: 981 595854
Web: www.as-pg.com
e-mail: santiago@as-pg.com

ASOCIACION GALEGA DE XERONTOLOGOS

Tfno: 981 806795/606 460494 Fax: 981 547058
e-mail: asociaciongallegadexerontologos@yahoo.es

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE GERONTOLOGÍA Y GERIATRIA

Web: www.segg.es/segg
e-mail: segg@segg.es

SOCIEDADE GALEGA DE XERONTOLOXIA E XERIATRIA

Web: www.segg.es (páxina web da Sociedade Española de Xerontoloxía e Xeriatría)
e-mail: secretaria@sgg.es

FUNDACIÓN SANTIAGO CENTRO ÁREA COMERCIAL

Xeneral Pardiñas, 12-14, 1º Local 6
15701 Santiago de Compostela
Tel: 981590106 - Fax: 981 590 106

**ASOCIACIÓN DE DEFENSA SANITARIO-GANDEIRA DE TROITA DE GALICIA
(ADSG ATRUGAL)**

C/ Frei Rosendo Salvado, 10 - 1º B
C.P. 15701 Santiago de Compostela (A Coruña)
Telf./Fax: 981 597 729
E-mail: adsg@atrugal.org
Páxina Web: www.atrugal.org

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACIÓN DE EMPRESAS GALEGAS ADICADAS A INTERNET (EGANET)

Vía de la Cierva s/nº- Polígono del Tambre
15890 Santiago de Compostela
Tel.: 981 519 600 ext. 31 - Fax: 981 557 707
Web: <http://www.eganet.org/>
Correo-e: presidente@eganet.org

ASOCIACIÓN DE ENSEÑANTES DE CIENCIAS DE GALICIA

Apartado 103 - Santiago de Compostela
Tel./Fax:981 564 513
Correo-e: enciga@teleline.es

ASOCIACIÓN DE INFORMADORES TÉCNICO-SANITARIOS

Avd.Salamanca,4 Entrechán
15704 Santiago de Compostela
Tel.: 981 561 48

ACOTES (ASOCIACIÓN DE COMERCIANTES DE SANTIAGO)

República do Salvador, 9 3º
15702 Santiago de Compostela
Tel: 981 563 318 - Fax: 981 580 791

COMPOSTELA MONUMENTAL

Rúa do Vilar 29, 2º
15704 Santiago de Compostela
Tel: 981 575 919 Fax: 981 589 143

ASOCIACIÓN DE PROFESIONAIS DO MARISQUEO A PÉ DE GALICIA. AREAL

Rúa Doutor Maceira nº 24 - 1º C - 15706 Santiago
Tel.: 981 935 203 - Fax: 981 935 239
Correo-e: asociacionareal@terra.es

ASOCIACIÓN GALEGA DE HISTORIADORES (AGH)

Aptd. de Correos 517 - 15703 Santiago
Tel.: 629 311 268

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

ASOCIACIÓN SOCIO-PEDAGÓXICA GALEGA (AS-PG)

Avda.De Lugo,2a-Entr.O Santiago de Compostela

Tel./Fax:981 595 854

Correo-e: santiago@as-pg.com

Web: <http://www.as-pg.com>

SOCIEDADE GALEGA DE EDUCACIÓN AMBIENTAL

Avd. García Prieto, nº 43, baixo

15706 Santiago de Compostela

Tel.: 981 523 556 / 618 868 612

Web: <http://www.sgea.org/>

5.1.12. Cámaras de Comercio

Son Asociacións ou Institucións que a nivel local, provincial, nacional ou internacional, agrupa a comerciantes co obxectivo de protexer os seus intereses, mellorar as suas actividades comerciais sobre a base da mutua cooperación e promover a sua prosperidade, así como tamén a da comunidade na que está asentada.

Nelas poderás ter acceso a enderezos de todas as empresas do sector económico que te interese.

CÁMARA DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

San Pedro de Mezonzo,44,Baixo

15701 Santiago de Compostela

Tel.: 981 596 800 - Fax:981 590 322

Correo-e: cinsantiago@camaras.org

Web: <http://www.cscamaras.es/santiago/>

CÁMARA HISPANO-PORTUGUESA DE COMERCIO E INDUSTRIA EN GALICIA

Vilar,21-1 ° - 15705 Santiago de Compostela

Tel.: 981 557 477 - Fax:981 557 478

Correo-e: hp-galicia@wanadoo.es

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CÁMARA ITALIANA DE COMERCIO E INDUSTRIA EN GALICIA

Vilar, 21-1 ° - 15705 Santiago de Compostela
Tel.: 981 557 477 - Fax: 981 557 478
Correo-e: cis-galicia@wanadoo.es

5.1.13. Fundacións

FEUGA - FUNDACIÓN EMPRESA DA UNIVERSIDADE GALEGA

Lope Gómez de Marzoa, s/n
15705 Santiago de Compostela
Tel.: 981534180 - Fax: 981 524 454
Correo-e: sdoce@feuga.es (responsable de emprego)
Web: <http://www.feuga.es>

FOREM - FUNDACIÓN FORMACIÓN Y EMPLEO MIGUEL ESCALERA

Polígono del Tambre. Vía Pasteur 22D.
15890 Santiago de Compostela (A Coruña)
Tel: 981 55 50 52 - Fax: 981 57 26 16
Correo-e: forem_galicia@foremga.ccoo.es
Web: <http://www.forem.es>
<http://wiki.foremgalicia.eu/>

FUNDACIÓN DE ESTUDOS E ANÁLISES

Severino Ribeiro Tomé, 9
Tel.: 981 534020 - Fax: 981 522223
Correo-e: cursos@fesan.org
Web: <http://www.fesan.org>

FORGA - FUNDACIÓN PARA A ORIENTACIÓN PROFESIONAL, EMPREGO E FORMACIÓN DE GALICIA

rúa Palmeira parc. 21-A
15895 Polgionno do Milladoiro - Ames
Tel: 981 94 16 29
Web: <http://www.forga.org>
<http://www.forgueiros.org>

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

FUNDACIÓN TRIPARTITA PARA A FORMACIÓN NO EMPREGO

Avda. Quiroga Palacios, 22 - Bajo
15703 Santiago de Compostela
Tel: 981 55 74 49 - Fax: 981 55 74 47
Web: <http://www.fundaciontripartita.org>

FUNDOSA

Laverde Ruíz, 4 - Bajo
15702 - Santiago de Compostela
Tel: 981 55 44 83 - 48 25
Fax: 981 56 07 66
Web: <http://www.grupofundosa.es>
<http://www.fsc.es>
Correo-e: fsc.galicia@fsc.es

IFES - INSTITUTO DE FORMACIÓN E ESTUDOS SOCIAIS

Rua da Xesta Nave 76 A
Polígono comercial de Milladoiro
15895 Ames (A Coruña)
Tel.: 981 536 411 - Fax: 981 535 473
Correo-e: ifes-galicia@galicia.ifes.es
Web: <http://www.ifes.es>

FORMEGA - FUNDACIÓN GALEGA DO METAL

Avda. San Lázaro, 87 Bj
CP: 15703 Santiago de Compostela
Tel: 981 937 298 - Fax: 981 937 216
Web: <http://www.formega.es>
Correo-e: formega@formega.es

FUNDACIÓN LABORAL SANTELCO

VIA EDISON, 19 NAVE 19 - B.
POLIG. DEL TAMBRE.
15890 SANTIAGO DE COMPOSTELA
Tel: 981572102.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

FUNDACIÓN LABORAL DA CONSTRUCCIÓN

A POBOA, S/N - MONTOUTO TEO
15894 Coruña
Tel: 981 801555 - Fax: 981 801613
Correo-e: flc.galicia@fundacionlaboral.org
Web: <http://www.fundacionlaboral.org>
<http://www.galicia.fundacionlaboral.org>

FUNDACIÓN PARA O DESENVOLVEMENTO DA COMARCA DE SANTIAGO

San Lázaro, 108 Baixo
15707 Santiago de Compostela
Tel: 881 031 016 - Fax: 981 574 679
Correo-e: fsantiago@comarcasdegalicia.com
Web: <http://www.comarcasdegalicia.com>

FEGAS - FUNDACIÓN PÚBLICA ESCOLA GALEGA DE ADMINISTRACIÓN SANITARIA

Av. Fernando de Casa Novoa, 37 Portal A. 1º andar
15707 Santiago de Compostela
Tel: 981555103/981 554 637
Fax: 981 563 012 - 981 554 824
Correo-e: fegas@sergas.es
Web: <http://www.fegas.es>

FUNDACIÓN GALICIA EMIGRACIÓN

Rúa do Vilar, 15 · 15705 Santiago de Compostela
Tel: 981 55 44 63 - Fax: 981 55 46 12
Correo-e: : info@fundaciongaliciaemigracion.es
Web: www.fundaciongaliciaemigracion.es

FUNDACIÓN GEPRODIX

Tomíño, 20 Soto 1
15703 Santiago de Compostela
Tel: 981941803 - Fax: 881979735
Correo-e: gprodix@mundo-r.com

FUNDACIÓN SECRETARIADO GENERAL GITANO

Fontiñas, 29

15703 Santiago de Compostela

Tel: 981554190 - Fax: 981 55 41 91

Web: <http://www.gitanos.org>

Correo-e: fsgsantiago@gitanos.org

5.1.14. Rede de Contactos

Moitas empresas utilizan para a captación de candidatas/os mecanismos informais, como pode ser o contacto entre amizades e colegas. Esta canle de relacións persoais e un medio eficaz para encontrar emprego.

Todas e todos sabemos que para obter información sobre ofertas de emprego é necesario tecer unha boa rede de contactos, elaborar un listado de persoas que coñezas, relacionadas ou non coa actividade laboral que te interesa, coas que poidas contar para informarte dalgún emprego, falar de ti nas súas empresas ou con persoas coñecidas, dar referencias ou simplemente acadar información e novos contactos.

Pasos a seguir

① Elabora un Ficheiro de contactos dividido en categorías:

- Familiares, amizades e veciñanza
- Profesionais e persoas con influencias: asesoras/es, persoal de bancos, avogadas/os, responsables de institucións e asociacións, clase política...
- Relacións profesionais: antigas/os compañeiras/os, xefas/es, provedores, ...
- Contactos académicos: profesorado, compañeiras/os de estudo...

② Avalía o interese de cada un dos contactos e a maneira de contactar

O habitual será establecer unha primeira conexión para informalos das túas pretensións en canto a busca de emprego e solicitarlles colaboración. Esta farase a través do contacto cotián, por teléfono ou carta.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Normalmente os resultados non son inmediatos, pero seguro que te poñerán na pista de moitas opcións, e que te permitirán establecer un sistema de comunicación e información moi valioso.

5.1.15. Prensa diaria e suplementos de emprego dominicais

Cada vez son máis os medios de comunicación que inclúen dentro dos seus servizos un espazo específico sobre emprego, onde recollen ofertas (tanto do sector privado como públicas), convocatorias de becas, premios, concursos e información específica sobre o mercado laboral. Igualmente moitas empresas utilizan os anuncios en prensa como un dos vieiros para a captación de candidatas/os.

Por este motivo é conveniente revisar periodicamente as ofertas aparecidas, tanto nos diarios de ámbito local como nos de "gran tirada" (son os que ofertan un maior número de anuncios de emprego), analízalas e respostar ás que se axusten ós teus intereses e perfil. É importante saber quen emite a oferta, que se esixe e que se oferta, para poder respostar cunhas mínimas garantías de estar diante dunha oferta seria e varolable.

O maior número de ofertas de emprego aparecen os domingos, nos suplementos de emprego dominicais.

Medio	Seccións	Características
El Correo Gallego	Ofertas de emprego	Diario
La Voz de Galicia	Ofertas de emprego Convocatorias cursos, becas	Suplemento Dominical
ABC "Nuevo Trabajo"	Ofertas de emprego Convocatorias cursos Convocatorias becas e axudas Premios e concursos Posibilidades de voluntariado Reportaxes, entrevistas ...	Suplemento Dominical
El Pais "Negocios"	Anuncios de ofertas privadas Sección "Xestión e Formación" Iniciativas empresariais Artigos	Suplemento Dominical
El Mundo "Su dinero"	Anuncios de ofertas de emprego públicas e privadas Convocatorias cursos, becas Artigos Autoemprego	Suplemento dominical

Para obter unha información máis específica podes acceder á prensa especializada: "Economía y Finanzas", "Expansión", "Cinco Días"...

5.1.16. Anuarios, Guías e Directorios de empresas

Especialmente útiles, nos momentos de preparación das actividades de autocandidatura e para analizar o mercado de traballo.

Entidade	URL	Características
Axencia Tributaria	http://directorio.camaras.org	Directorio de empresas importadoras / exportadoras españolas.
Páxinas amarelas Multimedia	http://www.paginas-amarillas.es	Localiza 1.500.000 empresas e profesionais, os seus produtos e servizos.
Ardán	http://www.ardan.ess	Información sobre máis de 100.000 empresas de toda España, con motor de busca.
Directorio de empresas do Estado español	http://www.infoindustrias.com	Portal de contacto empresarial
Serindex Innovaciones Tecnológicas	http://www.hispanoempresa.com	Guía empresarial y directorio de empresas y profesionales
Directorio de empresas constructoras	http://www.construnario.com	Información sobre empresas e produtos, certificación rede comercial, etc.
Directorio de Bancos	http://www.usolab.com	Información sobre os principais bancos mundiais
Europaginas	http://www.euroyellowpages.com	Casi 20 millóns de empresas europeas de 30 países (en español), consultas por actividade, servizo e nome comercial.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

5.1.17. Foros e Seminarios

Seminarios e Cursos de Emprego e Autoemprego	Cámara de Comercio de Santiago de Compostela www.camaracompostela.com
Cursos e Seminarios De Emprego	Fórum Metropolitano da Coruña www.coruna.es
Curso de emprendemento universitario	Universidade de Santiago de Compostela www.usc.es
Xornadas formativas de cooperativismo	Universidade de Santiago de Compostela www.usc.es
Xornadas de orientación universitaria e profesional	Universidade da Coruña www.udc.es
Seminarios de difusión da creación de empresas	IGAPE (XUNTA DE GALICIA) www.igape.es

5.1.18. Feiras de Emprego

Galiemprego. Feira da formación e emprego de Galicia	XUNTA DE GALICIA www.xunta.es
Xornadas sobre emprego e discapacidade	FADEMGA www.fademga.org
Xornadas de orientación	CONCELLERÍA DE PROMOCIÓN ECONÓMICA. CONCELLO DE SANTIAGO www.maiscompostela.org
Xornadas da Formación Ocupacional	CONCELLERÍA DE PROMOCIÓN ECONÓMICA. CONCELLO DE SANTIAGO www.maiscompostela.org
Foro de emprego da USC	UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA www.usc.es

5.1.19. Programas de radio e televisión

TVE Teletexto	Ofertas de emprego	Índice: emprego
LA 2 Programa de TV	"AQUÍ HAY TRABAJO". Programa diario, Luns a Venres, de ofertas de emprego. Horario: 9.30 - 10.00 h Tel: 91 346 92 05 Correo-e: trabajo.tve@rtve.es	
TVG Teletexto	Ofertas de emprego	Índice: emprego
Antena 3	Ofertas de emprego	Índice: emprego
Tele 5	Ofertas de emprego	Índice: emprego

5.1.20. Internet e Portais de Emprego

Xa é habitual o feito de atopar emprego gracias a internet. A rede converteuse, nestes últimos anos, nunha magnífica vía para localizar emprego e información.

Existen multitude de enderezos web onde podes acceder a ofertas, depositar o curriculum vitae, insertar a túa demanda ou localizar noticias e información sobre o emprego.

Ten a ventaxa de que dándote de alta nos diferentes portais, accedes a innumerables ofertas, e recibes resposta inmediata no teu mail ou no teléfono móbil.

A continuación preséntase unha selección dos principais portais de emprego en internet:

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

NOME	ENDEREZO	CONTIDO
5 Campus	www.5campus.org/empleo	Probablemente é o máis completo portal de emprego en castelán. Alberga información sobre: portais de emprego, teletraballo, consellos para a busca de emprego, localización de empresas, emprego internacional, ETTs, consultoras selección de persoal, emprego público...A súa visita é imprescindible
Infoempleo	www.infoempleo.es	Ofertas de emprego, traballo e prácticas,...
Info Jobs	www.infojobs.net/index.htm	Dispón de bolsa de C.V., ofertas de emprego, becas.
Top Jobs	www.topjobs.es	Bolsa de emprego
hotelnetjobs	www.hotelnetjobs.com	Ofertas de hostelería en toda España
Stepstone	www.stepstone.es	Portal de selección de persoal
Finanjobs	ww.finanjobs.com	Portal de emprego especializado no sector de finanzas e economía.
rrhh.net	www.rrhh.net	Páxina de emprego especializada en informática e telecomunicacións.
Fueca	www.fueca.es	Fundación universidade empresa, bolsa de traballo para persoas tituladas.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

- www.alejjob.com
- www.canaltrabajo.com
- www.canalwork.com
- www.educoweb.com
- www.espublico.com
- www.estudiafuera.com
- www.estudiasotrabajas.com
- www.factor.org
- www.masempresa.com
- www.mercadis.com
- www.weblaboral.net
- www.puntolaboral.com
- www.recol.es
- www.redconecta.com
- www.rrhhmagazine.com
- www.universia.es
- www.weblaboral.com
- www.yahoraquehago.org
- www.ahoraque.com
- www.canalempresa.com
- www.publiempleo.com
- www.canalcv.com
- www.workingcity.com
- www.trabajofacil.com
- www.jobpilot.es
- www.emplea2.net
- www.empleo.com
- www.empleacantabria.com
- www.tecnjobs.net
- www.sinexperiencia.com
- www.cybersearch.es
- www.avancepro.com
- www.selectett.es
- www.empleo.cedt.junta-andalucia.es/orienta/
- www.servijob.com
- www.compluempleo.ucm.es
- www.galiciaempleo.net
- www.cimoempleo.com
- www.estudiasotrabajas.com
- www.primerempleo.com
- www.juniorsjob.com
- www.e-firstjob.com
- www.monster.es
- www.todotrabajo.com
- www.trabajofacil.com
- www.trabajos.com
- www.oficinaempleo.com
- www.michaelpage.es/index.html
- www.trabajo.org
- www.virtuempleo.com
- www.mercadodetrabajo.com
- www.websjob.com
- www.empleotiempoparcial.com
- www.hacesfalta.org
- www.sector3.net
- www.tecnoempleo.com
- www.tea-cegos-selección.com
- www.tuempleo.sitio.net

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Nos seguintes enlaces podes atopar unha completa información sobre oposicións, convocatorias e sobre todo como se accede e en que consiste o traballo na Administración pública:

NOME	ENDEREZO	CONTIDO
Xunta de Galicia	www.xunta.es	Emprego público na Administración Autónoma (entrando na Consellaría de Presidencia). Acceso ao DOG (Diario oficial de Galicia) e ao BOE (Boletín Oficial do Estado).
Eido Local	www.eidolocal.com	Ofertas de emprego na Administración Local (concellos e deputacións)
Ministerio de Administracións locais	www.map.es	Boletín semanal con información das convocatorias para todas as administracións (central, autonómicas e locais)
O portal do cidadán	www.administracion.es	Buscador de convocatorias, programas, temarios, acceso aos distintos boletíns oficiais. Información en xeral sobre o traballo na Administración.
Boletín Oficial do Estado	www.boe.es	Consulta do BOE. Enlaces cos boletíns autonómicos e provinciais.
Universia	www.universia.es	Portal universitario, acceso ao portal sobre emprego público: oposicións destacadas, guía do opositor, busca de titulacións, consulta de boletíns oficiais: DOCE (Diario Oficial da Comunidade Europea), BOE, boletíns das comunidades autónomas e boletíns provinciais (BOP)
Ensino Secundario	www.cede.es	Información sobre as oposicións ao Corpo de Profesores de Ensino Secundario. Acceso a información sobre as oposicións a mestres.
Rede de Información Xuvenil	www.xunta.es/applications/webrix/index1.jsp	Información sobre convocatorias de oposicións.

UNIÓN EUROPEA

CENTRO DE DOCUMENTACIÓN EUROPEA DA USC:

Información sobre oposicións á Unión Europea

WEB: www.usc.es/cde

DOCE: Diario Oficial das Comunidades Europeas

WEB: www.europa.eu.int/eunlex

OFICINA EUROPEA DE SELECCIÓN DE PERSOAL

Información sobre traballo na UE

WEB: www.europa.eu.int/epso

DEPUTACIÓN DE A CORUÑA. Punto de información Europea

WEB: www.dicoruna.es

PORTAIS INTERNACIONAIS

- www.monster.com (internacional)
- www.labourmobility.com/ (internacional)
- www.stepstone.es (Europa)
- www.cvogroup.com/ (Europa central e do leste)
- www.topjobs.net (Reino Unido)
- www.reed.co.uk (Reino Unido)
- www.exp.ie (Irlanda)
- www.anpe.fr (Francia)
- www.cyberworkers.com (Francia)
- www.emailjob.com (Francia)
- www.moveup.be (Bélgica)
- www.jobs-career.be (Bélgica)
- www.mercurius.it (Italia)
- www.jobonline.it (Italia)
- www.move-on.dk (Dinamarca)
- www.intermediair.ni (Holanda)
- www.jobfinder.se (Suecia)
- www.topjobs.ch (Suíza)
- www.bumeran.com (Latinoamérica)
- www.empleosprofesionales.com (Latinoamérica)
- www.cooljobs.com (EEUU)
- www.teachersatwork.com (EEUU)
- www.wantedjobs.com (EEUU)
- www.nationjob.com (EEUU)
- www.dice.com (EEUU)
- www.employment.com.au (Australia)
- www.jobsinjapan.com (Japón)

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

PRENSA

Os periódicos e revistas tamén teñen seccións especializadas en ofertas de traballo, por exemplo:

- El Mundo www.elmundo.es
- El país cultural www.elpais.com
- El país digital www.elpais.es
- ABC Electrónico www.abc.es
- La Razón www.larazon.es
- El Periódico www.elperiodico.es
- Galicia Nova www.galicianova.com
- El Europeo www.eleuropeo.com
- La Estrella Digital www.estrelladigital.es
- " Sur in English" www.surinenglish.com
- Kiosko internet www.kiosco.net
- Prensa nacional y local: www.mir.es/oris/enlaces/prensa.htm

Inventario de recursos en Internet

1. Galicia

- Rede de Información xuvenil www.rix.org
- Servicio Galego de Colocación www.xunta.es/conselle/fm/sgc/index.htm
- CIMO Teleemprego <http://emprego.mundo-r.com>
- Ria de Vigo - Zona Franca www.riadevigo.com/trabajo/ftrabajo.htm
- Fundación Provigo www.vigo.org/enlaces/provigo.htm
- Igape www.igape.es
- Fundación Universidade da Coruña www.fundacion.udc.es
- STT selección www.stt.es
- Orientación e inserción laboral USC www.usc.es/coies/emprego/benvidag.htm
- Empleo Galicia . Web emprego www.empleogalicia.com
- Asesoramento e Información Laboral para mulleres activas www.xunta.es/auto/sgj/ilma/index.htm

Asociacións Empresarios:

- Pontevedra www.empresapontevedra.com/bolsa.html
- Carballiño www.carballiño.com
- Estibadores www.galicia.com/acoespo
- Comercializadores peixe www.arrakis.es~acopevi
- Carpintería aluminio Pontevedra www.aecalpo.com
- Formación empresarial www.afeg.es
- Ceramistas www.agaqcer.es Autoescolas www.autoescuela.net/apac
- Sector medioambiental www.aproema.com
- Transportistas www.asetranspo.org
- Metalurxicos www.asime.es/e_indez.htm
- Pizarristas www.agp.es

2. Emprego Público

- Admiweb.org www.admiweb.org
- Oficina Empleo.com www.oficinaempleo.com
- Maestros 25.com www.maestros25.com
- MAP www.igsap.map.es
- Oposiciones.net www.oposiciones.net

3. Ofertas

- Jobpilot www.jobpilot.org/contactoempresas.html
- Global-work www.global-work.com/busqueda.htm
- Infojobs www.infojobs.net
- Wideyes www.wideyes.es
- 5campus.org www.5campus.org/empleo
- Axencia virtual emprego www.teleempleo.org

4. Empresas

- Banesto www.banesto.es
- Mango www.mango.es
- Philips www.us.sv.philips.com/new/jobs
- PT telecomunicacións www.bt.es/infempl.htm
- Bull España www.bull.es
- Microsoft www.microsoft.com/spain/mssrl/empleo.htm
- Trip www.trip.es
- Air Europa www.g-air-europa.es
- Cortefiel www.cortefiel.es
- Port Aventura www.portaventura.es
- Lotus www.lotus.es
- Prosegur www.prosegur.es/empleo.htm
- Canon www.cre.canon.cro.uk
- Oracle www.oracle.es/empleo.htm

- Concellaría de Promoción Económica e Emprego. Concello de Santiago de Compostela www.compostelaactiva.org
- Proxecto Equal Compostela Social www.equalcompostela.org
- Emprendedores Economía www.emprendedores.navegalia.com
- Grupo Intercom www.grupointercom.com/grupo2000/pdf/bplan.pdf
- Baquia www.baquia.com/com/20000801/art00005.html

- INJEF-Información Jurídica, Económica y Fiscal www.ingef.com/revista/empresas/indice.htm

- Dirección General de política PYME www.ipyme.org/temas/empresas/idea.htm

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

- Vivernet www.vivernet.com
- La Empresa.net www.laempresa.net/noticias/1999/9910/19991027_01.htm
- Centro de Empresas e Innovación de Galicia-BIC Galicia www.bicgalicia.es/webbic/frame.htm
- Confederación de Empresarios de Andalucía www.cea.es/uej/crea_emp.htm
- Emplea Cantabria www.empleacantabria.com/crea_emp/plan_emp.html
- Odisea Web www.odiseaweb.com/emprender.htm
- U.S. Small Buisnessn Administration www.sba.gov/hispanic/busplan.html

5.1.21. Outras fontes

- As propias empresas
- Bancos e Caixas de Aforros
- Prácticas profesionais

Ademais das prácticas contempladas na formación regrada, o estudiantado pode completar a súa formación con experiencia preprofesional en empresas. Algunhas institucións e organizacións ás que podes recurrir son as seguintes:

CENTRO DE ORIENTACIÓ, FORMACIÓ E EMPREGO COFE

Avda. Figueroa, 8
15705 Santiago de Compostela
Tfno:981 555960
e-mail: cofe@ceg.es

Tipo de prácticas: catro tipos de prácticas dependendo das persoas destinatarias: prácticas de universidade, prácticas de formación ocupacional, prácticas en alternancia estudantes de F.P. e prácticas de postgrao.

CONSELLO SOCIAL

Casa da Concha, Rúa da Conga
15782 Santiago de Compostela
Tfno:981 552090

Tipo de prácticas: non remuneradas en empresas dirixidas a estudantes que teñan superados o 50% dos créditos ou que estean nos dous últimos cursos da carreira

FEUGA (Fundación Empresa - Universidade Galega)

Lope Gómez de Marzoa, s/n Campus Sur
15705 Santiago de Compostela
Tfno:981 589633

Tipo de prácticas: remuneradas en empresas galegas. Dirixidas a estudantes que teñan o 50% dos créditos superados. As prácticas realízanse entre os meses de xuño e outubro.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

IGAPE

Complejo Administrativo San Lázaro

Santiago de Compostela

Tfno:981 541147 Fax:981 558844

e-mail: santiago@igape.es

Tipo de prácticas: (Instituto Galego de Promoción Económica). Fai convocatorias anuais de distintas bolsas de prácticas.

FUNDACIÓN GALICIA - EUROPA

Rúa dos Feáns, 3 - 5 Baixo

15706 Santiago de Compostela

Tfno:981 541012

Tipo de prácticas: bolsas para realizar prácticas ou especialización na Fundación Galicia Europa (en Santiago ou Bruxelas). Concesión de axudas económicas dirixidas a titulados universitarios que obteñan unha estancia non remunerada nalgunha institución comunitaria. Bolsas para realización de estudos de integración europea.

CENTRO DE DOCUMENTACIÓN EUROPEA DA USC

FACULTAD CC.ECONOMICAS

Baixada O Burgo, s/n

15782 Santiago de Compostela

Tfno:981 563990

Tipo de prácticas: información sobre becas, bolsas e prácticas na UE.

FUNDACIÓN SEPI

Quintana, 2 3ª Pl.

28008 Madrid

Tfno:91 5488351

Tipo de prácticas: programa de iniciación na empresa. Ademais deste programa ten outros, en convenio con distintas empresas, tamén dirixidos a recién titulados.

PROGRAMA ÓPTIMUS FUNDACIÓN UNIVERSIDAD - EMPRESA

Serrano Jover, 5 6ª Pl.

28015 Madrid

Tipo de prácticas: O obxectivo é facilitar aos mozos recién titulados a súa incorporación ao mundo da empresa mediante unha formación específica en habilidades e destrezas que lles permitan desenvolver a súa futura traxectoria profesional cunha maior eficacia. Un dos requisitos esixidos é posuir coñecementos de inglés acreditados mediante título oficial. Convocatoria aberta todo o ano.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

PROGRAMA CITIUS
FUNDACIÓN UNIVERSIDAD - EMPRESA

Serrano Jover,5 6ª Pl.
28015 Madrid

Tipo de prácticas: programa de iniciación profesional na empresa para titulados universitarios. Xestionado pola(Fundación Universidad-Empresa) xunto coas Universidades Autónomas de Madrid e Barcelona. Consta de dúas partes: un plan de formación específica na empresa e un plan académico de formación. Hai dúas convocatorias no ano : en febreiro e en setembro.

PROXECTO FARO
FUNDACIÓN GENERAL DE LA UNIVERSIDAD DE SALAMANCA

Fonseca,2
37002 Salamanca

Tipo de prácticas: programa de becas para estudantes universitarios dos últimos anos de carreira. Faro desenvolve a realización de prácticas en empresas europeas dentro do marco do Programa Leonardo da Vinci da Unión Europea. O proxecto consta de 500 becas, cunha duración media de seis meses por beca.

PARLAMENTO EUROPEO

Paseo de la Castellana, N° 46
28046 Madrid
Tfno:91 4364747

Tipo de prácticas: oficina en España. Bolsas e prácticas no Parlamento Europeo (bolsas Robert Schuman, Ramón y Cajal...) e información sobre prácticas e estancias noutras institucións comunitarias.

Bolsas de emprego

OFICINA DE RELACIONES EXTERIORES

Campus de Santiago
Casa Jimena e Elisa Fernández de la Vega
Casas Reais, 8
15782 Santiago de Compostela
Tfno:981 563100 Ext:12847
Fax:981 578017

Tipo de bolsas: bolsas para estudantes e titulados no estranxeiro: Bolsas AECl, Bolsas Sócrates / Erasmus, ISEP, Bolsas Europa UNAM....

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

OFICINA DE INVESTIGACIÓN E TECNOLOXÍA

Edificio Cactus Campus Sur
15782 Santiago de Compostela
Tfno:981 547050

Tipo de bolsas: programas de axudas e ofertas de emprego en I+D

COIE (Centro de Orientación integral ao estudante)

Pavillon Estudiantil 2º Andar Campus Sur
15782 Santiago de Compostela
Tfno:981 563100

Tipo de bolsas: información sobre bolsas e axudas propias desta Universidade e doutros organismos. Programas de prácticas, bolsas de estudo, de investigación, de intercambio, de mobilidade... , nacionais e internacionais.

BOLSAS AECI (Axencia Española de Cooperación Internacional)

Tipo de bolsas: leitorados en universidades estranxeiras. Información sobre prácticas en organismos internacionais das Nacións Unidas.

ICEX (Instituto de Comercio Exterior)

Tipo de bolsas: bolsas de Internacionalización Empresarial. Prácticas na rede de Oficinas Económicas e Comerciais das Embaixadas de España e en empresas , institucións públicas españolas e Organismos Internacionais dos que España é membro.

BOLSAS FULBRIGHT

Tipo de bolsas: bolsas dirixidas a titulados superiores para estudar, investigar ou ensinar en Estados Unidos.

Programas de Inserción laboral

PROXECTO CREAR

Programa experimental de emprego

A primeira fase é a de orientación onde se elaboran os diagnósticos sociolaborais dos participantes e un itinerario personalizado de inserción laboral para cada un deles.

Na segunda fase levarase a cabo o itinerario de inserción, proporcionandolle a formación necesaria para cubrir posibles carencias e paralelamente establécese contacto coas empresas locais sondeando posibles ofertas de traballo, intermediando así entre demandante e oferente de emprego.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

PROXECTO PERSOA

O obxectivo deste proxecto é favorecer a integración laboral dun colectivo de 80 participantes cun proceso integral en ocupacións encadradas como novos xacementos de emprego. Actualmente son tres os xacementos onde se traballa: xestor de ludotecas, asistente para cuidadores de persoas dependentes e técnicos de cociña.

O proceso de inserción articula a formación específica, coa realización de prácticas e a busca activa de emprego baixo a supervisión de titores especializados.

Para mais información:

OFICINA DE PROMOCIÓN ECONÓMICA

Estadio Multiusos San Lázaro, Porta 9

Avda. de Fernando Casas Novoa, 20

15705 Santiago de Compostela

Tfno:981 542493

Fax:981 542492

Embaixadas e Consulados

Se tes interese por traballar no estranxeiro podes obter información nas diferentes Embaixadas e Consulados, solicitando boletíns e publicacións, onde poderás consultar a situación social, política, económica e laboral do país.

Axencias privadas de Colocación

Páxinas Amarelas

5.2. Ferramentas para a busca activa de emprego

Como ves son moitos os camiños a través dos que podes empezar a túa busca.

Agora que sabes por onde empezar, debes preparar as ferramentas adecuadas para unha correcta presentación. Normalmente son a primeira fonte de información que as empresas terán de ti.

Estamos falando, da carta de presentación e do curriculum vitae. As dúas teñen a finalidade de facilitarche unha entrevista coa empresa coa que contactes, polo que debes esmerarte ó máximo. Tes que dar unha impresión positiva e con absoluta disposición ó traballo, presentándote con seguridade e optimismo.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Situación	Obxectivo	Características
Resposta a un anuncio ou oferta de emprego.	Tomar parte no proceso de selección a un posto determinado	<ul style="list-style-type: none"> • A carta e o C.V. son específicos, destinados ó posto concreto. • Vai dirixida ó departamento de persoal da empresa ou dirixida á persoa que pon o anuncio.
Mailing masivo	Autocandidatura, ofertamos ás empresas que habitualmente contratan persoal cun perfil similar ó teu, a ETTs e a Consultoras de Recursos Humanos.	<ul style="list-style-type: none"> • Elaborar un listado amplo de empresas (400-500) que potencialmente poidan ofertar traballo. • Remitirlles unha carta personalizada e C.V. • Dirixida non ó cargo senón á persoa. • O importante é a cantidade.
Candidatura espontánea	Autocandidatura, ofertémosnos a empresas das que temos información e nas que nos gustaría traballar.	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboramos un listado selectivo de empresas (100-200). • Enviémoslas cunha cadencia de 30 a 50 mensuais. • Remitimos unha carta personalizada, manifestando con claridade o noso ofrecemento e de maneira motivada, distinta para cada empresa. • Dirixida ó cargo. • O importante é realizar unha investigación minuciosa de cada unha das empresas obxecto.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

5.2.1 A Carta de Presentación

É un documento que acompaña o teu curriculum vitae (o teu historial persoal, formativo, profesional). Ten como finalidade centrar a atención da persoa seleccionadora, sobre os aspectos máis destacados no noso perfil, con respecto ó posto concreto ó que pretendemos optar. Por exemplo, cando queremos respostar a un anuncio dunha oferta de traballo, serve para introducirmos e contar brevemente o noso obxectivo profesional e o que sabemos facer, ó tempo de amosar o noso interese por tomar parte nas probas de selección para o posto ofertado.

A outra situación na que teremos que elaborar unha carta de presentación é cando espontaneamente contactemos con empresas e ofertemos a nosa autocandidatura para posibles ou futuribles vacantes.

A outra situación na que teremos que elaborar unha carta de presentación é cando espontaneamente contactemos con empresas e ofertemos a nosa autocandidatura para posibles ou futuribles vacantes.

CARACTERÍSTICAS FUNDAMENTAIS

- Claridade e limpeza
- Orixinalidade
- Extensión dunha páxina
- Contido estruturado en tres ou catro párrafos
- Adaptada ó posto solicitado
- Papel da mesma calidade e cor do utilizado no C.V.

PRINCIPALES PARTES DA CARTA DE PRESENTACIÓN

1. O encabezamento:

-Na marxe superior esquerdo, irán os teus datos persoais: nome e apelidos, enderezo e teléfono de contacto.

-Na marxe superior dereito (a un nivel inferior o dos nosos datos) aparecerán os datos da empresa á que nos diriximos: nome da empresa, persoa de contacto e cargo que ocupa (si non sabes o nome, indica o cargo ou departamento ó que desexar dirixila carta) e o domicilio da empresa.

-Debaixo dos datos da empresa debe aparecer a túa localidade e a data. Si a carta é de resposta a unha oferta de emprego publicada na prensa, debes facer constar tamén a referencia indicada no anuncio.

2. O Saúdo inicial:

É a primeira toma de contacto, polo tanto, empeza sendo orixinal. Neste apartado explicase o motivo polo que te dirixes á empresa. Pode ser dobre:

-Resposta a un anuncio: Diríxome a vostede en resposta ó seu anuncio publicado en ..."

-Autocandidatura: "Diríxome a vostede para manifestarlle o meu interese por formar parte da súa empresa ..."

3. O Segundo párrafo:

Tes que manifestar que es o candidato/a ideal para o posto. Destaca aqueles aspectos do teu curriculum que máis se axustan ó perfil requirido.

4. O Terceiro párrafo:

Este será o último párrafo, nel debes deixar claro o teu interese polo posto e manifestar o teu desexo de ser convocado para unha entrevista ou proba de selección. O obxectivo será abrir unha porta de comunicación coa empresa e interesar para unha lectura pausada do teu curriculum

5. O Saúdo de despedida:

Ten que se sinxelo e correcto: "Agradecendo a súa atención, reciba un cordial saúdo ..."

6. Finalmente escribe o teu nome completo e asina a carta.

LEMBRA

- Se orixinal
- Non escribas a man se non o solicitan
- A lectura ten que ser agradable: utiliza marxes amplos, párrafos separados e tamaño de letra lexible.
- Unha carta para cada posto

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

Vexamos un posible esquema e diversos modelos:

MODELO CARTA DE PRESENTACIÓN	
Marxe esquerda 3 cm. Aproximadamente	Marxe dereita 2 cm. Aprox.
<p>1</p> <p>-Datos persoais: Nome e apelidos Enderezo Teléfono</p>	<p>-Datos da empresa: Nome da empresa Persoa de contacto ou departameto Referencia</p>
- Localidade e data	
<p>2</p> <p>Estimados/as señores/as: PRIMEIRO PÁRRAFO SAÚDO INICIAL</p>	
<p>3</p> <p>SEGUNDO PÁRRAFO: Aspectos destacados do C.V.</p>	
<p>4</p> <p>TERCEIRO PÁRRAFO: Manifestar o interese no posto</p>	
<p>5</p> <p>SAÚDO DE DESPEDIDA</p>	
<p>6</p> <p>ASINADO</p>	

CARTA DE PRESENTACIÓN DE AUTOCANDIDATURA

Clara Méndez Castro
Av. Martín Cadaso, 14- 1º
15000 Santiago de Compostela

S.T.T., S.L.
A/at.: D. Manuel Patrón
Dpto. de Persoal
Pol. Tambre, nave 55 B
15700 Santiago

Santiago, 5 de abril de 2008

Estimado/a señor/a:

Diríxome a vostede, como responsable do Departamento de Persoal, e por suxerencia de Don Matías Sesan, para manifestarlle o meu interese pola súa empresa, ó tempo de ofrecerlle os meus servizos como Enxeñeira Técnica Industrial.

Especializada en redes de comunicación, posúo unha dilatada experiencia en deseño de aplicacións para a protección de redes e sistemas informáticos.

Achégolle o meu curriculum e póñoome á súa disposición para unha entrevista persoal na que poder ampliarlle persoalmente toda esta información.

En espera das súa noticias, saúdalle atentamente,

Asdo.: Clara Mendez Castro

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CARTA DE PRESENTACIÓN EN RESPOTA A UN ANUNCIO

Teresa Martínez Cabo
Rúa Camelias, 50 baixo
36201 VIGO

SERVICON, S.A.
Dep. Persoal
Pol. Pocomaco, 356
15001 A Coruña
Ref: S.D. 25

Vigo, 2 de abril de 2008

Estimadas/os señoras/es:

Diríxome a Vdes co interese de tomar parte no proceso de selección do posto de Secretaría de Dirección, por considerar que os meus méritos e experiencia poderán ser de gran utilidade e os axustados ó posto.

Traballei como Secretaria de Dirección, durante máis de catro anos na Empresa Cotransa, de Santiago. Ademais cursei estudos de especialización en Secretariado de Dirección e Idiomas, tendo un alto dominio de Inglés, Francés e Galego.

Gustaríame entrevistarme con Vde. Para ampliar algúns datos que poidan ser do seu interese.

En espera de coñecelos persoalmente, reciban un cordial saúdo,

Asdo.: Teresa Martínez Cabo

CARTA DE PRESENTACIÓN EN RESPONSTA A UN ANUNCIO

Daniel Cortés Machado
Rúa Marea, 150 - 6º B
15700 Santiago

WINTERTUR
Dep. Persoal
Novoa Santos, 1-3 1º
15006 A Coruña
Ref: C.C./95 Comercial

Santiago, 3 de abril de 2008.

Estimado/a Sr/a:

Diríxome a Vde. A fin de poder tomar parte na selección para o posto de comercial, que as súa distinguida compañía oferta.

Como poderá ver no meu Curriculum as miñas aptitudes e coñecementos coinciden co perfil solicitado.

Gustaríame poder entrevistarme con Vdes. Para ampliarlles algúns datos que poida ser da súa utilidade. Se non lles importa, chamarei por teléfono durante os próximos días.

Cordialmente,

Asdo.: Daniel Cortés Machado

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CARTA DE PRESENTACIÓN

Carlos Cortés Ferro
Av. Constitución, 125 1º
15800 Ames

ABER, ETT
D. Eduardo Dorrego
Dep. Persoal
Rúa Marcial Canto, 8 Entreplanta
15705 Santiago

Ames, 5 de abril de 2008.

Estimado Sr. Eduardo:

Diríxome a Vde. a fin de solicitar a inclusión no banco de datos da súa Empresa, pensando que quizais poidan precisar unha persoa con ampla experiencia, no sector da construción, como albanel.

Como poderá apreciar, posúo sólidos coñecementos e experiencia na profesión, destacando os últimos traballos realizados na Constructora Contratas. Ademais teño total dispoñibilidade funcional e xeográfica.

Gustaríame poder entrevistarme con Vde. para ampliarlle algúns datos que poida ser do seu interese.

Reciba un cordial saúdo,

Asdo.: Carlos Cortés Ferro

CARTA DE PRESENTACIÓN

Antonio Marténs Castro
Rúa Matogrande, Bl. 1 Port 2 1ºD
MADRID

SOLUZIONA
A/at.: Dona Clara González
RR. HH.
Ctra. Madrid, 158
15001 A Coruña

A Coruña, 1 de abril de 2008.

Estimada Sra:

Coñecedor da alta consideración de que goza a súa empresa, diríxome a vostede coa seguridade de encaixar no perfil de Director informático solicitado por vostedes.

Actualmente traballo en ARIAS & COMPANY e, por razóns de carácter familiar, teño que trasladarme a A Coruña, feito polo que me vexo obrigado a procurar un novo emprego. Nestes momentos dirixo un equipo de 20 técnicos, e teño amplos coñecementos en planificación, desenvolvemento e análise de proxectos.

Quedando á súa enteira disposición, reciba un cordial saúdo,

Asdo.: Antonio Marténs Sesan

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CARTA DE PRESENTACIÓN

Sara Tovar Pérez
Rúa Venezuela, 14 - 3º D
15700 Santiago

CADEA GERPE
Dep. Persoal
Rúa Castilla, 153- baixo
15700 Santiago

Santiago, 5 de abril de 2008

Estimado/as señor/a:

Puiden comprobar por distintos medios, que as súa empresa "CADEA GERPE" é líder no sector dos electrodomésticos e dos equipamentos Domóticos, na nosa cidade.

Pola miña experiencia como técnico electrónico, veño seguindo con atención o desenvolvemento da súa empresa, especialmente a súa opción pola Domótica, campo no que estou especializado, polo que me atrevo a ofrecer os meus servicios.

Gustaríame ter a oportunidade de conversar con vostedes e presentarlles polo miúdo a miña experiencia e coñecementos do sector.

Á espera das súas noticias, saúdalles atentamente,

Asdo.: Sara Tovar Pérez

5.2.2 O Curriculum Vitae

Logo de ter redactado unha carta interesante e correcta, ten a seguridade de que o teu curriculum será, polo menos lido. Por este motivo, tes que esforzarte na súa realización que, sen ser complexa e difícil de elaborar, vai a dicir moito de ti.

O teu curriculum será unha síntese, escrita e ordenada, dun conxunto de datos persoais, que permitirá ás posibles persoas empregadoras valorar e descubrir as tuas aptitudes iniciais para un posto de traballo.

Normalmente, o C.V. será o primeiro contacto que estableceremos coa empresa, faise, polo tanto imprescindible causar unha impresión favorable, poñendo especial coidado na súa redacción, e suscitando o interese na persoa lectora por coñecerte e brindarte a oportunidade de amosarlle as tuas posibilidades.

No momento da redacción do C.V. é importante que teñas en conta os seguintes elementos:

CARACTERÍSTICAS DO CURRICULUM VITAE

Se conciso

- Non se trata dun dossier, polo que a extensión debe ser preferiblemente dunha páxina.
- É aconsellable centrarse nos datos e experiencias máis afíns e interesantes para o posto, ós ollos da persoa seleccionadora.
- Evitar adornos, comentarios ou florituras que o fagan demasiado longo e farragoso.

Preciso

- Redacta con claridade reseñando os datos con veracidade e precisión.
- Non aportes información implícita ou innecesaria.
- Escribe en primeira persoa ou de xeito impersoal.
- Utiliza un papel de calidade, coidando a pulcritude e a correcta ortografía

Se positivo

- Cita só as experiencias das que se poidan extraer impresións favorables.
- Utiliza termos que non inclúan significados negativos nin rebuscados.
- Enfática nos aspectos máis interesantes da túa formación ou experiencia.

Non existe unha forma única de "curriculum vitae", ó contrario, a pluralidade de perfiles e circunstancias das persoas candidatas, postos e seleccionadoras/es, obrigará a incidir máis nun ou noutro aspecto do historial, nos que os contidos básicos son: os datos persoais, a formación e a experiencia profesional.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CONTIDOS DUN CURRICULUM VITAE
<p>DATOS PERSOAIS Nome e apelidos, domicilio completo, teléfono de contacto e mail.</p>
<p>FORMACIÓN ACADÉMICA -Regrada: Máxima titulación alcanzada no ensino regrado (Graduado e Secundaria obrigatoria, ciclos, bacharelato, licenciatura ...) -Complementaria: Inclúe os curso e actividades formativas relacionadas co posto. Indica: nome do curso, organismo ou centro de impartición, data e duración en horas. -Si contas con coñecementos de idiomas e/ou informática é importante que os destaques: 1. Idiomas: Indica que idiomas coñeces e a que nivel os dominas (baixo, medio ou alto) en escritura, lectura, traducción e conversación. 2. Informática: Programas que coñeces e a qué nivel de dominio (elemental, medio, superior)</p>
<p>EXPERIENCIA PROFESIONAL Indica os postos de traballo que ocupaches, as empresas en que traballaches, localidade, datas en duración, labor e tarefas desempeñadas. Podes considerar como experiencia os traballos realizados sen contrato, como o voluntariado, ad honorem.</p>
<p>OUTROS DATOS Si consideras que poderías aportar outros datos relacionados coa túa dispoñibilidade xeográfica, afeccións, destrezas, etc., indícaas neste último apartado.</p>

É importante reseñar especialmente algún dos formatos máis usuais:

TIPOS DE CURRICULUMVITAE

CURRICULUM CRONOLÓXICO

Posiblemente é o máis común de todo os formatos, e o máis coñecido polo empresariado. Neste tipo de curriculum, a experiencia vaise resumindo de forma cronolóxica, empezando pola actividade máis recente e concluíndo pola máis antiga.

CURRICULUM FUNCIONAL

Vai dirixido a unha empresa e posto específicos, permite facer un resume do historial laboral por bloques ou áreas de empregos e habilidades que nos interese destacar. Non presta atención ás datas e lugares de traballo.

Vexamos algúns esquemas e diversos exemplos:

CURRICULUM CRONOLÓXICO

(Plantilla)

DATOS PERSOAIS:

- NOME E APELIDOS
- ENDEREZO
- CÓDIGO POSTAL - PROVINCIA
- Nº DE TELÉFONO
- MAIL

FORMACIÓN ADQUIRIDA:

- FORMACIÓN REGRADA: Título/s alcanzados. Centro onde se cursou e data de obtención.
- FORMACIÓN NON REGRADA: Seminarios, cursiños, másters..., todos aqueles estudos sen título oficial.

EXPERIENCIA LABORAL

- Nome da empresa ou empresas nas que traballou. Posto. Funcións máis importantes. Datas.

OUTROS DATOS:

- Datos persoais (carné de conducir, ...)
- Afeccións
- Outros

Pechado en, ade de

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

MARISA VIGO SAEZ

Avda. Cotarelo, 215

15005 Santiago

Tif.: 981 50.90.30

1999

2000

FORMACIÓN ACADÉMICA

Enxeñeira Técnico Industrial

Universidade Autónoma de Barcelona

Master en Administración de Empresas

(Centro de Estudios Empresariais)

Madrid

IDIOMAS

INGLÉS:

Nivel medio en conversación, lectura, traducción e escritura

EXPERIENCIA LABORAL

2002

CORPORACIÓN TECNICAL Lugo

Directora de Informática

Establecemento do plan informático da compañía

Control do desenvolvemento e implantación dos proxectos informáticos.

Elaboración dos plans de formación nos aspectos informáticos para

o persoal da corporación.

2000

2001

INFOREM Vigo

Empresa de asesoramento contable e administrativo

Responsable áreas informática

Directora das acción de desenvolvemento informático e mecanización

Coordinación do persoal da sección informática

1999

2000

COMPUSAN Santiago

Empresa de Servicios informáticos

Programadora e analista informática

Pechado en Santiago, a 14 de marzo de 2008.

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

DANIEL TOVAR PÉREZ

Rúa Venezuela, 14 - 3º D

15700 Santiago

Tif.: 981 252525

1998

1999 FORMACIÓN ACADÉMICA

Ciclo Superior en Sistemas de Telecomunicación

Master en Administración de Empresas

2000 Domótica. 2004 - Santiago

2001 Calidade total. Cámara de Comercio. Santiago

EXPERIENCIA LABORAL

2000 ELECTROMEDI, S.L. (Santiago)

Técnico de mantemento

2001 MANTETRONIC (A Coruña)

Técnico en montaxe e mantemento

Directora de Informática

Establecemento do plan informático da compañía

Control do desenvolvemento e implantación dos proxectos informáticos.

Elaboración dos plans de formación nos aspectos informáticos para o persoal da corporación.

2001

2002 IDIOMAS

INGLÉS:

Nivel medio oral e escrito

OUTROS DATOS

Carné de conducir C1

Disponibilidade inmediata

Pechado en Santiago, a 5 de abril de 2008.

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

DAVID DIAZ DIOS

Avda. Cotarelo, 215

15005 Santiago

Tif.: 981 50.90.30

1999

2000 **FORMACIÓN ACADÉMICA**

Enxeñeiro Técnico Industrial

Universidade Autónoma de Barcelona

Master en Administración de Empresas

(Centro de Estudios Empresariais)

Madrid

IDIOMAS

INGLÉS:

Nivel medio en conversación, lectura, traducción e escritura

EXPERIENCIA LABORAL

2002 **CORPORACIÓN TECNICAL** Lugo

Director de Informática

Establecemento do plan informático da compañía

Control do desenvolvemento e implantación dos proxectos informáticos.

Elaboración dos plans de formación nos aspectos informáticos para

o persoal da corporación.

2000

2001 **INFOREM** Vigo

Empresa de asesoramento contable e administrativo

Responsable áreas informática

Directora das acción de desenvolvemento informático e mecanización

Coordinación do persoal da sección informática

1999

2000 **COMPUSAN** Santiago

Empresa de Servizos informáticos

Programador e analista informático

Pechado en Santiago, a 14 de xaneiro de 2008.

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

DATOS PERSOAIS

Nome e Apelidos: Clara Méndez Castro
Data nacemento: 20/03/68
Enderezo: Av. Martín Cadarso, 14 - 1º
Localidade: 15000 Santiago de Compostela

FORMACIÓN

1995 -1997 Técnico Superior Administrativo.
Centro Esp. San Clemente . Santiago

1997 Curso de Técnicas Informáticas de Xestión. INEM. Santiago

1998 Curso de Contabilidade Informática
Academia Alfa. Santiago

EXPERIENCIA

Empresa: **Construccións Copete S.L.**
Tipo de negocio Construcción de vivendas
Posto: Auxiliar Administrativo
Período 01/06/98 a 30/12/99

Empresa: **FERROSAN, S.L.**
Tipo de negocio Distribución material construcción
Posto: Auxiliar Administrativo
Período: 01/03/00 a 30/06/01

Empresa: **Consellería de Sanidade**
Tipo de empresa: Administración Pública
Posto: Auxiliar Administrativo
Período: 01/07/01 a 30/06/02

Outras actividades

Directiva do Club de baloncesto "Atlético de Sar"
Membro da A.P.A. de San Andrés

Pechado en Santiago, 15 de xaneiro de 2003

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

Pedro Castro Pereira

R/ Solpor, 29 - 3º

36000 A Coruña

Tlf.: (981)- 10.00.01

FORMACIÓN

Formación Regrada

(1993 -1995) Licenciado en Ciencias Económicas
Universidade de Santiago

Formación non regrada

(1995-1996) Master en Asesoría Fiscal- Tributación
Centro de Estudios Caixavigo. Vigo

1997 Curso de Relacións Laborais
Dirección Xeral de Relacións Laborais.
Xunta de Galicia

EXPERIENCIA PROFESIONAL

1998 - 2002 **ARIAS &COMPANY** Coruña
Adxunto ó Supervisor
Realización e supervisión de auditorías

(1997 1998) **CONSUGALI, S.A.** Coruña
Asesor Financeiro. Atención e Asesoramento a empresas
sobre Xestión Tributaria e Laboral

IDIOMAS

Inglés: Superior en conversación, en traducción e escritura
Francés Nivel elemental

INFORMÁTICA

Dominio e uso habitual de windows, ofice, contaplus, contawin, contalogic, pro-
jet, internet.

Pechado en Santiago, 15 de xaneiro de 2003

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

SEGUNDO MARTIN SUAREZ

R/ Oceanía, 49
15029 Santiago
Tlf.: (981)- 52 99 99

EXPERIENCIA PROFESIONAL

(1997 ata a data)	Construccións Miramar S.L. Santiago Albanel
(1995-1996)	Construccións Cadarso. Santiago
1996	Peón especialista
1995	Peón

FORMACIÓN

1993	Graduado Escolar. Colexio Público "Monte dos Postes". Santiago
1994	Curso de Albanelería. Concello de Santiago
1995	Curso de Encofrador. Concello de Santiago

OUTROS DATOS

Carné de conducir
Mobilidade funcional e xeográfica

Pechado en Santiago, 20 de outubro de 2002

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CURRICULUM VITAE CRONOLÓXICO

MARTIN DOSIL CARMONA

Av. do Emigrante, 42
36004 Cotobade
Tif.: (986)- 70.40.38

OBXECTIVO PROFESIONAL: ASERRADOR

FORMACIÓN

(1997 - 1999) Técnico Superior en Madeira
Instituto Politécnico de Santiago

1999 Curso de Ebanistería. INEM
Pontevedra

EXPERIENCIA LABORAL

(2000-2001) Mobles Garcia. Pontevedra
Carpinteiro
-Manipulación maquinaria carpintería
-Montaxe, vernizado e lacado de mobles

(2001 ata a data) Madeiras Monteler S.A. Porriño
Axudante aserrador
-Controlar alimentación da serra múltiple
-Axudar a carga-la tronza no carro
-Alimentación desdoblada, canteadora
e retestadora

OUTRAS HABILIDADES

-Manexo de serras múltiples, de carro e informatizadas
-Manexo de desdobladoras, canteadorase e retestadoras

Pechado en Cotobade, 30 de outubro de 2002

CURRICULUM VITAE FUNCIONAL

(Plantilla)

DATOS PERSOAIS

- Nome e apelidos
- Enderezo
- Código postal. Localidade
- Nº de teléfono

OBXECTIVO PROFESIONAL

(Indica o nome do posto de traballo que solicites)

HABILIDADES

(Emprega tres ou catro párrafos para describi-las funcións ou coñecementos que mellor amosen as súas posibilidades en relación co posto)

(Area de experiencia ou coñecemento)

(Area de experiencia ou coñecemento)

(Area de experiencia ou coñecemento)

Experiencia: (breve síntese do historial profesional: datas, empresas e cargos)

Formación: (aportar a formación máis recente)

Outros datos:

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CURRICULUM VITAE FUNCIONAL

Mª Dolores Fraiz Pérez

Av. Toen, 75 - 6º A
15701 Santiago

OBXECTIVO PROFESIONAL

Un posto de administrativa, que precise capacidade de organización e que me permita desenvolver as miñas competencias e habilidades.

FORMACIÓN

-Técnica Superior en Administración. No IES de Lamas de Abade. Santiago. 2001.
-Curso de Ofimática. S.G.I. . Santiago. 200 horas. 2001

HABILIDADES:

CONTABILIDADE

-Na xestión informatizada da contabilidade de empresa familiar, dende 2000.
-Nivel superior en contaplus, nominaplus e facturaplus e office.

ORGANIZACIÓN ADMINISTRATIVA

-Realización de inventarios
-Manexo de equipos informáticos para a elaboración e cumplimentación de documentos
-Rexistro e arquivo de documentos

COMUNICACIÓN

-Atención ó cliente, personalizada e telefónica
-Xestión de provedores

Pechado en Santiago, 15 de abril de 2003

CURRICULUM VITAE FUNCIONAL

DANIEL CASO CADARSO

Praza. Pontevedra, 47

15001 A Coruña

Tfno.: (981 21 22 23)

OBXECTIVO PROFESIONAL

DIRECCIÓN ADMINISTRATIVA, XESTIÓN DE PROXECTOS DE EXPANSIÓN E APERTURA DE MERCADOS.

HABILIDADES

COMUNICACIÓN INSTITUCIONAL

- Asesoramento de imaxe corporativa
- Creación de material de comunicación corporativa
- Formación de líderes. Solución de situacións de crise
- Comunicación financeira

COMUNICACIÓN DE MARKETING

- Lanzamento de produtos. Campañas informativas
- Deseño de pezas de comunicación de produtos
- Campañas promocionais

INVESTIGACIÓN DE MERCADOS

- Definición do posicionamento da empresa
- Identificación de oportunidades de mercado
- Medidas das actitudes dos consumidores fronte ós produtos
- Pre e post-test de pezas de comunicación

HISTORIAL PROFESIONAL

2001 ata a data LÁCTEOS DO SALNÉS
 Adxunto dirección

FORMACIÓN

2000 Licenciado en Socioloxía
 Universidade Autónoma de Barcelona

Pechado en Santiago, 15 de abril de 2003

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

CURRICULUM VITAE FUNCIONAL

DOLORES MARTIN DOCAMPO

R/ Primavera, 43
 15001 Santiago
 Tfno.: (981 50 99 98)

OBXECTIVO PROFESIONAL

TRABALLO DOMESTICO

EXPERIENCIA LABORAL

PREPARACIÓN, ELABORACIÓN DE MENÚS

- Compra de alimentos, abastecemento de despensa
- Preparación e tratamento de alimentos para realizar comidas
- Preparación de menús e realización de comidas

LIMPEZA E COIDADADO DO FOGAR

- Limpeza de estancias e elementos con escrupulosidade
- Manexo de electrodomésticos e utensilios
- Coidado, manexo e limpeza de plantas
- Realización de lavado, planchado e ordenación de prendas

ATENCIÓN E COIDADADO DE NENOS E ANCIÁNS

- Realización de menus infantís e dietéticos
- Hixiene infantil e xeriatría
- Coidado e atención de nenos e anciáns

HISTORIAL PROFESIONAL

2000 - 2002	Familia de D. Cordeso Fuentes Auxiliar de cociña
1998 -2000	Familia de D ^a Gumersinda Sixto Empregada de Fogar. Interna

OUTROS DATOS

- Idade: 26 anos
- Estado civil: Solteira
- Referencias a disposición

Pechado en Santiago, 20 de outubro de 2002

CURRICULUM VITAE FUNCIONAL

DATOS PERSOAIS

Nome e apelidos: Carmen García Cortés

Enderezo: R/ Catalina, s/n

Localidade: Santiago. C.P. 15020

Tfno.: (981) 59 59 59

OBXECTIVO PROFESIONAL: ATENCIÓN DOMICILIARIA

EXPERIENCIA LABORAL

COIDADOS PERSOAIS

- Realización de tarefas de hixiene persoal
- Dar de comer a persoas impedidas ou encamadas
- Mobilizar a persoas impedidas: levantar, sentar, axudar a andar
- Vestir a persoas impedidas ou encamadas
- Asegurar un clima afectivo adecuado a través da compañía e da comunicación.

ALIMENTACIÓN E NUTRICIÓN

- Compra e tratamento de alimentos
- Preparación de menús e realización de comidas

LIMPEZA E COIDADADO DO FOGAR

- Limpeza xeral da vivenda: ventilación, desinfección
- Lavado e planchado

HISTORIA PROFESIONAL

2001 - 2002	Familia de D. Manuel Cotarelo Atención a ancián
2000	Familia de D ^a María Tarrío Atención a ancián impedida

OUTROS DATOS

- Capacidade de adaptación diante de diferentes persoas e situacións
- Responsabilidade e control emocional
- Dispoño de referencias

Pechado en Santiago, 15 de xaneiro de 2002

5. Instrumentos para a busca activa de emprego

PRESENTACIÓN DO CURRICULUM VITAE

- Papel de calidade, tamaño DIN - A4, branco ou beige claro ou crema.
- Mecanografía profesional. Máquina electrónica ou ordenador.
- Amplos marxes, espaciado.
- Correcta ortografía e mecanografía.
- Destacando con grosa, cursiva ou subliñando os titulares, así como, os aspectos máis interesantes.
- Sen fotografía. Si a solicita, que sexa de calidade e de medio corpo.
- Recorda que o remitirás por correo ordinario en sobre standar.
- Asegúrate de que é claro, concreto e conciso.

Moitas empresas dispoñen dun formulario de solicitude de emprego, que non é outra cousa senón un curriculum vitae estandarizado.

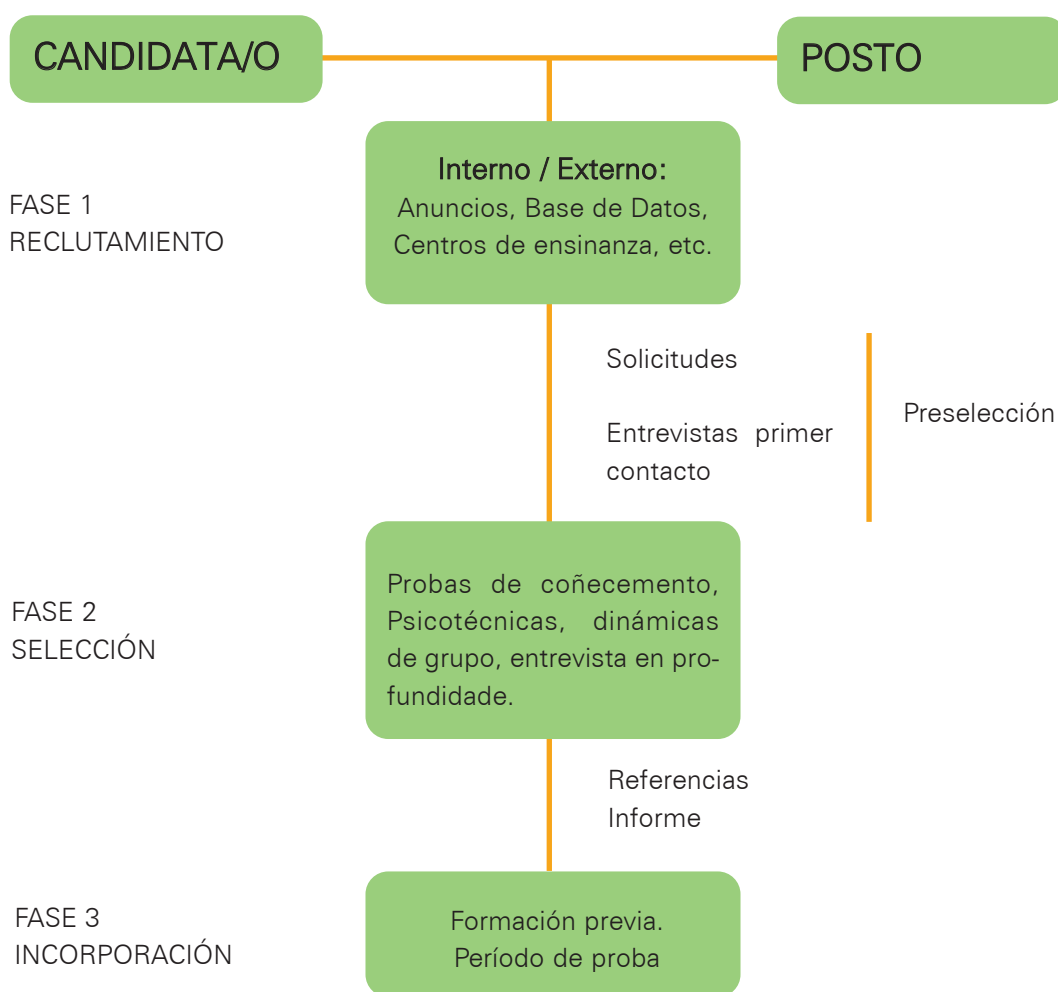
Consiste nun cuestionario, que deberás cumprimentar ti mesmo/a, sobre unha serie de datos persoais: situación civil, antecedentes académicos, experiencia profesional, etc.

O obxectivo desta ficha de solicitude é o de servir de base para unha entrevista posterior, así como, para realizar unha primeira preselección das persoas candidatas.

6. Os Procesos de Selección

Ante a necesidade de incorporación de novo persoal, unha empresa pon en marcha un proceso de captación e selección de persoas demandantes de emprego. Dito proceso pode variar segundo as características do posto a cubrir ou dependendo da filosofía da empresa.

Os procesos de selección teñen como finalidade valorar as condicións persoais e profesionais das persoas candidatas, cerciorándose así da idoneidade da persoa seleccionada e evitando correr o risco de introducir na empresa unha persoa candidata que non se adecúe ó posto. Deste xeito evítase o reinicio de todo o proceso, que repercute negativamente no ritmo de traballo e na eficacia do desenvolvemento do mesmo.



Normalmente todas as empresas teñen establecido un procedemento que lles permite identificar e avaliar ás persoas candidatas involucradas nos procesos de selección, para cubrir postos vacantes. Habitualmente, este proceso realízase coa posta en marcha dunha serie de probas de selección e entrevistas.

6. Os procesos de selección

As probas de selección

Nun proceso de selección, as probas son unha fase máis, e non sempre utilizada, se ben é certo, que o seu uso é frecuente, nos seguintes casos:

-En procesos de selección de candidatas/os mozas/os, ás/ós que non se lles pode avaliar pola súa experiencia profesional, nin por referencias.

-En procesos de selección para postos e ocupacións nas que se poida determinar de xeito obxectivo as habilidades e aptitudes necesarias.

TIPOS DE PROBAS DE SELECCIÓN		
TIPOS	DESCRIPCIÓN	SOPORTE
1. Probas profesionais	Pretenden medir de forma directa e obxectiva a aptitude da persoa candidata, avaliando os coñecementos adquiridos e as destrezas para o desenvolvemento do posto.	Por escrito: Plantéxanse problemas hipotéticos que se dan habitualmente no traballo (ex.: para un posto de contable, realizar un suposto de contabilidade) Manuais: especialmente utilizadas na selección para oficios profesionais (ex.: manexar unha fresadora...) Orais: Utilizan un cuestionario oral para incidir nos aspectos teóricos.
2. Probas psicotécnicas	Miden a capacidade xeral de razoamento das persoas candidatas, poden ser: De coñecemento: miden nivel cultural xeral ou específicos. De intelixencia: avalían a capacidade de razoamento verbal, numérico, espacial, a memoria; así como, a capacidade para a resolución de problemas. De aptitudes específicas: Indaga as habilidades específicas para o aprendizaxe.	Preséntase en baterías de test: De relación entre palabras: igualdades, semellanzas, analoxías. De problemas aritméticos: razoamento numérico De series numéricas: razoamento indutivo e abstrato. De visualización espacial: razoamento espacial. De información: vocabulario, fluidez verbal
3. Probas de personalidade	Estudian o posible comportamento das persoas en determinadas situacións. Exploran	Tests: exploran rasgos, forma de ser, o carácter, o autocontrol, a emotividade. Proxectivas: láminas, debuxos..
4. Probas médicas	Determinan o estado de saúde xeral, a ausencia de contraindicacións e enfermidades.	Exame clínico e funcional.

Antes de enfrontarte ó test, sempre vas sentir a necesidade de saber que che van a preguntar, e sobre todo que debes responder. Normalmente calquera previsión é inútil, porque as aptitudes avaliadas como adecuadas, dependen das características do posto, do perfil da empresa e dos requirimentos do sector. Si a extraversión, a capacidade de decisión ou a independencia, poden ser necesarias para un posto, tamén o poden ser a intro-versión, o poder de concentración ou a dependencia do grupo.

O recomendado nestes casos é ser espontánea/o.

Antes de realizar as probas procura relaxarte, descansar e durmir ben.

Durante as probas: le con atención as instrucións e pregunta o que non entendas. Procura ser rápido/a, pero non te precipites; contesta primeiro as cuestións que saibas seguro e logo nas que teñas dúbidas. Si son de intelixencia soen ter unha resposta concreta e o que tratan é de medir o teu rendemento, polo tanto concéntrate. Si son de personalidade non teñen respostas correctas ou incorrectas, o factor tempo non conta, non intentes dar unha imaxe afastada de ti, xa que están elaboradas con escalas de sinceridade.

Nas dinámicas de grupo, cando establecen o tema, o importante non é dicir exactamente o que un pensa ou sinte, senón a actitude que mantén ó falar, cómo se din as cousas.

As actitudes máis valoradas, normalmente, son falar correctamente, escoitar ós demais, participar de xeito activo na conversa e na toma de decisións, falar con convición.

A Entrevista

O obxectivo xeral dunha entrevista, para a empresa, é coñecer qué tipo de persoa es e como responderás no traballo. Para ti será unha oportunidade para demostrar e confirmar a túa idoneidade.

Para ter éxito necesitas coñecer a "entrevista" como técnica e instrumento de selección: os seus obxectivos e mecánica. E prepararte, non improvisar.

A entrevista é a técnica máis usada nos procesos de selección. Podémola definir como a charla, conversa ou diálogo formal entre a persoa seleccionadora e o candidato/a, co fin de obter e intercambiar información.

Tanto entrevistador/a como entrevistada/o perseguen uns obxectivos específicos:

Obxectivos do entrevistador/a	Obxectivos do/da entrevistado/a
-Coñecer si tí es a/o candidata/o idónea/o. -Descubrir se podes, si sabes e se queres ocupar o posto. -Predicar o teu rendemento no mesmo.	-Demostrar que sabes, que podes e queres o posto. -Transmitir a túa competencia -Probar que estás interesado/a -Causar unha impresión positiva -Demostrar que es a persoa adecuada para o posto -Obter información da empresa e o posto

6. Os procesos de selección

TIPOS DE ENTREVISTA

En función das persoas que fagan a entrevista

Membros do Departamento de persoal ou empresas externas	Responsables dun departamento ou Directiva
<ul style="list-style-type: none"> -Non coñecen a fondo o contido do traballo -O seu interese é coñecer a túa personalidade. -Buscan puntos febles máis que fortes (traballan por exclusión) -Dominan a técnica das entrevistas 	<ul style="list-style-type: none"> -Non coñecen a técnica da entrevista. -Non inciden especialmente nos rasgos de personalidade. -Coñecen a fondo o contido do traballo (Resp. Departamento) -Coñecen a fondo a cultura da empresa (Directiva) -Interésalles especialmente os teus coñecementos e experiencia profesional. -Buscan razóns para contratarte Tes que facerlles preguntas -Tes que mostrar que coñeces a empresa e os seus produtos.

En función do enfoque da entrevista

Dirixida	O/A entrevistador/a ten un guiión establecido das preguntas a realizar, o que impide as divagacións e permite en todo momento o control da situación pola súa parte.
Semi-libre	Realízase seguindo un modelo preestablecido, pero sen necesidade de mantelo de maneira rixida. O/A entrevistador/a sabe que hai aspectos sobre os que ten que recoller datos: formación, experiencia, intereses, ambiente familiar, etc.
Non dirixida / Libre	Desenvolvese sobre a marcha e con moita fluidez. A persoa candidata expresase espontaneamente.
Panel	Realízana dous ou mais entrevistadoras/es
Grupal	Entrevístase a un grupo de candidatas/os simultaneamente.

En función da finalidade da entrevista

Entrevista preliminar	<p>É lixeira, rápida, sobre todo si son moitas/os candidatas/os.</p> <p>Ten por obxectivo facer unha primeira avaliación do/a entrevistado/a: presentación á empresa, análise do curriculum, presenza persoal, capacidade de comunicación...</p>
Entrevista profunda	<p>Ten unha función integradora do conxunto de datos que foron recollidos illadamente por outras probas.</p> <p>Xunto a esta función integradora que permite un máis profundo coñecemento do/a candidato/a, cumpre unha labor informativa, a/o candidata/o verte datos acerca da empresa e do posto ó que aspira, e que lle permitirá aceptalo ou rexeitalo con novos coñecementos.</p>
Entrevista con xefas/es da empresa ou responsables de contratación	<p>As/Os xefas/es interveñen no proceso realizando unha entrevista co propósito de identificar a persoa idónea.</p>

LEMBRA 

- O/A entrevistador/a busca:
1. Verificar coidadosamente o curso da vida da persoa candidata, de tal xeito que non pase inadvertido ningún período (infancia, mocidade, ...)
 2. Detectar factores "ambiente" ou circunstancias nas que a/o candidata/o foi criado, estudou e traballou.
 3. Detectar cales son os intereses do/a candidato/a, a nivel profesional e de ocio.
 4. Dar á persoa candidata oportunidade de coñecer o posto, as posibilidades de promoción e as condicións de traballo.
 5. Non prolongar a entrevista máis do tempo necesario.
 6. Pechar a entrevista de xeito eficiente e concreto.

Aspectos a ter en conta na entrevista

ANTES DE IR Á ENTREVISTA

Infórmate sobre a empresa

É importante saber todo canto poidas sobre a empresa antes de realizar a primeira entrevista. Esta recollida de información previa axudarate a coñecer o seu funcionamento e permitirte comentar datos concretos que demostrarán profesionalidade. Faite coa terminoloxía do sector (xerga).

Prepara a entrevista (preguntas que che poden facer, as que ti farás)

Necesitas ter un guión da entrevista, con respostas elaboradas ás preguntas máis usuais. Para dominar os nervios é recomendable ensaiar a escena, seguindo o guión ata que saia perfeto.

Recorda o contido do CV, preguntaranche sobre el

Especialmente, pon atención sobre temas que poidan ser "conflitivos", e que deberás aclarar na entrevista (periodos prolongados de inactividade, despidos, baixas laborais...) Prepara documentos e certificados acreditativos da formación, experiencia...por se os piden.

6. Os procesos de selección

DURANTE A ENTREVISTA

Se puntual

Personate cuns minutos de antelación (non máis de 5) e recorda que dende o momento en que entras fisicamente na empresa, "xa estás actuando".

Viste correctamente. Aspecto adecuado á categoría profesional

A aparencia conta!. Nela inflúen moitas cousas. O estilo e a nitidez da túa roupa, o brillo dos teus zapatos, as engurras na camisa, a combinación de cores...

Tamén contribúe a maneira na que te peinas, sen embargo, o factor principal é un sorriso no rostro.

Preséntate con naturalidade e educación

A experiencia dinos que, cando todo o demais é practicamente igual, nós apoiamos á persoa que nos gusta sobre o que nos fai sentir neutrais ou negativos.

As persoas amables e optimistas agradan con máis facilidade que as que se inclinan a ser melancólicas, afectivizadas ou ata negativas. Tamén e certo, que unha persoa alegre e optimista logrará máis e terá máis cooperación dos/as compañeiros/as de traballo que a negativa.

Empregadoras e empregadoras buscan ás persoas que encaixan, as que conseguen resultados e as que resulta agradable telas cerca.

Coida os xestos, modais e posturas

Cando te atopas nunha situación potencialmente tensa é moi importante estar atento/a ós teus xestos, prestar atención o teu comportamento e preguntarte de que maneira estás contribuindo a que a situación mellore.

Xeralmente, cando non te sintes desafiada/o, é fácil deixar que o "ego" tome decisións por un/ha mesmo/a, e aflore un sentimento de ira. Neste suposto, pensa qué lograrás con iso; no moito que che custou chegar a este punto e cando poderás ter outra oportunidade. Entón, vale a pena manter o control.

Deixa que o/a entrevistador/a tome a iniciativa

É o seu papel, el/ela marca o ritmo e os termos da entrevista. Non eludas ningunha resposta.

Escoita con atención

Un vello refrán di: "cando un fala, non aprende. Aprendes só cando escoitas". Centra a túa atención nas ideas principais, identifica e descubre a esencia da conversación, descubre que busca.

Busca o momento oportuno para facer preguntas

Esto estimula ó/á entrevistador/a e amosa interese polo contido da conversa. Facer preguntas axuda a coñecer mellor os argumentos ou razóns do/a entrevistador/a.

Esmérate na despedida

Un sabio dixo: "é agradable ser importante, pero máis importante é ser agradable".

Amosar bos modais e gratitude. Recorda que "as persoas humildes non pensan que son menos, sinxelamente pensan menos nelas mesmas".

Coñecer os resultados

Infórmate de como e cando te darán a coñecer os resultados da selección.

DESPOIS DA ENTREVISTA

Fai seguemento

Si no prazo dunha semana non recibes resposta algunha, toma a iniciativa e chama á empresa para informarte polos resultados do proceso de selección.

Non todas as entrevistas son iguais, pero si existen temas e preguntas típicas que aparecen frecuentemente nas entrevistas.

A continuación aparece un listado de preguntas mais frecuentes sobre a formación, motivos de solicitude do posto, experiencia, características persoais, proxectos de futuro, retribucións e vida privada:

PREGUNTAS FRECUENTES NAS ENTREVISTAS

TEMA

FORMACIÓN

OBXECTIVO

- Tipo de Estudos realizados
- Seguemento da túa vocación
- Os estudos realizados respotaron a unha vocación ou foi casual
- Especialización. Nivel de coherencia na opción.
- Acadar datos referidos a cursos, masters ...
- Calificacións e periodo de tempo empregado. Datos sobre intereses, constancia, esforzo, capacidade de estudio...
- Nivel de gratificación no estudio
- Coñecementos de idiomas e informática. Son ineludibles debido ó seu frecuente uso.
- Pretenderase saber o nivel de idiomas. Qué programas utilizas e nivel de dominio.

POSIBLES CUESTIÓNS

- Que estudos realizaches? Por que estes e non outros?
- Tiñas outras preferencias? Onde estudiaches?
- Por que decidiches estudar ...?
- Quen influíu máis en ti á hora de decidir a túa formación?
- Que disciplinas che gustaban máis e menos e en cáles sacabas mellores notas?
- En que medida as túas cualificacións se deben ó teu esforzo persoal e en cal a túa intelixencia?
- Como estudiabas, qué sistema seguías?
- Por que abandonaches os estudos?
- Farías cambios na túa traxectoria como estudante? Cales?
- Cal foi a túa experiencia máis gratificante na túa vida de estudante? Que cambiarías e por qué?
- Cursaches estudos de especialización relacionados con este posto de traballo?
- Consideras necesario ou adecuada mellorar ou actualizar a formación?
- Tes coñecemento de inglés ou francés? Que nivel tes falando?Tiveches ocasión de per-

6. Os procesos de selección

- feccionalo con algunha estancia no estranxeiro?
- Realizaches cursos de idiomas?
- Cursos de informática?
- Tiveches algún posto representativo na túa vida de estudante?
- Prefires o traballo en equipo ou individualmente?

TEMA

ADECUACIÓN Ó POSTO

OBXECTIVO

- Encaixe para o posto e o ambiente de traballo
- Nivel de preferencias para o traballo en equipo.
- Saber si es unha persoa comunicativa, colaboradora, extravertida, sociable, con facilidade para as relacións, que rentabilizas as capacidades propias e as das demais persoas para un ben común.
- Saber si tes gusto polo traballo individual. Nivel de independencia, autonomía, gusto polo traballo que require concentración...

POSIBLES CUESTIÓNS

- Como prefires traballar, en equipo ou individualmente?
- Como te integras en grupos xa preestablecidos, de traballo ou de amizade?
- Aceptas con normalidade as normas, disciplina e xerarquías que propoñen as empresas?
- Prefires un ambiente de traballo competitivo ou de colaboración?
- Que relación cres que debe existir entre a/o xefa/e e o/a empregado/a?

TEMA

EXPERIENCIA LABORAL

OBXECTIVO

- Si tes experiencia profesional
- Saber de que tipo, as funcións e responsabilidades
- Preferencias laborais. En que experiencia te sentiches máis cómoda/o e satisfeita/o.
- Actividades no trato cas demais persoas
- Como te relacionabas cos/as iguais, cos/as superiores para recoñecer as túas tendencias ó: dialogo, enfrontamento, disputas, colaboración, sumisión, competitividade...
- Motivos da finalización do traballo anterior. Por terminación, despido, renuncia, ...
- Duración. Acadar datos sobre capacidade de adaptación, constancia e responsabilidade profesional.
- Actitudes diante do desemprego e métodos para buscar traballo

POSIBLES CUESTIÓN

- Traballaches anteriormente?
- Por que medios o conseguiches, prensa, internet, teletexto, contactos persoais...?
- Que funcións realizabas? Duración?
- Cal é o traballo no que te sentiches máis a gusto ou satisfeita/o? Por que?
- Cales foron os motivos polos que deixou un posto de traballo?
- Volverá a traballar nalgún dos traballos anteriores?
- Que opina das/os anteriores xefas/es? Que actitude súa criticarías?
- Que relación tiñas cos compañeiros?
- Que ambiente de traballo existía nos empregos anteriores?
- A hora de traballar organizaste e planificas as tarefas para realizalo?
- Tiveches algunha situación desagradable ou conflictiva cos/as xefes/as ou compañeiras/os de traballo? Como te enfrontaches ou a solucionaches?
- Es colaborador/a cos/as compañeiros/as?
- Tendes ó dialogo ou a discusión?
- Sendo estudante, desempeñaches algún traballo? Que aprendiches nel? Como o conseguiches?
- Colaboraches con algunha organización non governamental para o desenvolvemento? -
- Cal e de que tipo? Que actitude realizabas?
- Desempeñaches algún posto de responsabilidade? Como te apañaches?
- Describe o/a mellor e o/a peor xefe/a que tiveches
- Describe cómo sería o/a xefe/a ideal
- Describe un día típico nun anterior emprego.

TEMA

PROXECTOS DE FUTURO

OBXECTIVO

-Aspiracións e obxectivos profesionais. Detectar cal é o perfil profesional ó que aspiras, si sabes o que queres e como conseguilo, si es realista ou pola contra si das unha imaxe confusa ou idealista.

POSIBLES CUESTIÓN

- Cales son os teus proxectos a medio e a longo prazo? Cales son os teus obxectivos a medio e a longo?
- Cres que os teus obxectivos son realistas?
- Como te ves dentro duns anos? Onde?
- Con que perfil profesional te identificas?
- Cres que reúnes os requisitos precisos para desenvolver este traballo?
- Que pretendes facer para cubrir as posibles carencias que poidas ter?
- Que actitude che gustaría desenvolver, de maneira continuada, no futuro? Que accións vas a promover para conseguilo?
- Que te ves facendo dentro de 5 ou 10 anos?

6. Os procesos de selección

TEMA

CARACTERÍSTICAS PERSOAIS

OBXECTIVO

- Capacidade de autodescripción. Capacidade para resaltar cualidades con ecuanimidade e realismo.
- Non se buscan persoas "perfetas", pero en xeral valorase:
- Responsabilidade no traballo, nas accións e ideas, constancia e eficiencia, cumprir os obxectivos de maneira eficaz.
- Capacidade de planificación e organización.
- Persoas que se impliquen nos obxectivos da empresa, descartan persoas apáticas e sen iniciativa.
- Capacidade de reflexión, de análise e senso crítico.
- Capacidade de adaptación, actitude positiva diante do cambio. Flexibles, polivalentes e dinámicas.
- Comunicativas, sociables, con capacidade de relación.
- Innovadoras, creativas, con iniciativas
- Con autonomía, capaces de resolver
- Decididas, realistas e seguras de si mesmas.
- Estabilidade emocional, capaces de controlar situacións de estrés ou ansiedade.
- Receptividade, abertos a novas ideas

POSIBLES CUESTIÓNS

- Como te definirías a ti mesmo/a? ou Defínete a ti mesmo/ con 5 adxectivos calificativos. Xustifícaos.
- Describe unha anécdota na que resolverás con éxito unha situación problemática
- Si investimos os papeis, ti entrevistador/a e eu candidato/a, que cualidades desexarías que eu reunira, relevantes ó posto?
- Que gana a empresa ó contratarte a ti no lugar de a outra/o candidata/o?
- Si tiveras que compararte cun animal, con cal o faría e por que?
- Si todos os traballos tiveran a mesma remuneración e consideración social. En cal che gustaría realmente traballar?
- Pensa nunha persoa determinada; si eu lle preguntase como es ti, cal cres que sería a súa resposta?
- Que tipo de persoas che sacan de quicio?
- Cóntame un chiste
- Que impresión cres que saco de ti nesta entrevista?
- Considérase creativo/a? Por que?
- Considérase pragmático/a?
- Es unha persoa tranquila ou máis ben activa?
- Considérase innovador/a?
- Aceptas as críticas?
- Manteste ó día? Segues a actualidade?
- Considérase unha persoa eficiente?

TEMA

RETRIBUCIÓN

OBXECTIVO

- Canto estás disposto a gañar. Clasificar si existe equilibrio entre o que ofertan e as túas pretensións.
- O salario terá que ser proporcional a túa formación e experiencia, as funcións que vas a realizar, á categoría profesional na que te inclúes, facendo comparación co que gañabas noutros traballos. Valora as posibilidades de promoción interna e externa.
- Intenta sempre, como en calquera negociación, coñecer previamente a cantidade que a empresa está disposta a ofertar.

POSIBLES CUESTIÓN

- Cal é a contía á que aspiras? Canto queres gañar agora? E dentro de 5 anos?
- Cal era o soldo que recibías no emprego anterior?
- Cal é o mínimo que aceptarías?
- Que importancia lle das ó factor económico?
- Tomas en conta outros factores como, incentivos, vacacións, servicios de gardería, comedor ...?
- Estarías disposto/a a dedicar 3 meses a realizar un curso de formación a cargo da empresa, antes de ser contratado/a?
- É realmente o factor económico o máis importante na túa decisión?

TEMA

VIDA PRIVADA

OBXECTIVO

- Relacións persoais.
- O obxectivo é coñecer cómo é a túa vida social, si es persoa de moitos/as amigos/as ou poucos/as e bos/as, si no ámbito persoal tes conflitos (o mellor é ser natural e non estenderse innecesariamente).

POSIBLES CUESTIÓN

- Cal é o teu estado civil?
- Tes persoas o teu cargo?
- Tes proxectado casarte? Ter fillas/os?
- Si estas casado/a ou tes persoas ó teu cargo, cres que pode traer dificultades ou repercutir no teu traballo?
- A que se dedica teu pai, túa nai, irmáns/ás?
- Con cal dos teus pais te levas mellor? Por qué?
- Quen son os teus/tuas amigos/as?
- Tes parella? ¿Que opina a túa parella deste emprego?
- Que che aporta a práctica de ... (algún deporte)?
- Cal foi o último libro que liches? Que che pareceu?
- Que fas no teu tempo libre?
- Cales son as túas afeccións favoritas?

6. Os procesos de selección

LEMBRA

É aconsellable responder con sinceridade e naturalidade, ó tempo de saber xustificar o porqué das respostas.

- Que valoras máis dos teus amigos?
- Tes posibilidades de cambio de residencia? Tes vehículo propio?
- Que opinas de ...

TEMA

MOTIVO DA SOLICITUDE

OBXECTIVO

- Por que che interesou este posto
- Medios polos que coñeciches a oferta. Pretendese saber que canles de información manexas. Que información posúes das actividades, funcionamento, dinámica de traballo... (tes que procurar resaltar que ti es adecuado/a, utilizando argumentos baseados en datos reais e experiencias).

POSIBLES CUESTIÓNS

- Que che atrae do posto?
- Como te enteraches da vacante?
- Que che atrae da empresa?
- Que coñeces do seu funcionamento e dinámica de traballo?
- Que cres que podes aportarnos?
- Considérase suficientemente capacitado para levar adiante este traballo? Por qué?
- Tés experiencia neste tipo de traballo?
- Aceptarías un período formativo?

7. Glosario de termos

Autoanálise: Análise dun/ha mesmo/a, a nivel persoal e profesional, coa finalidade de planificar unha busca activa de emprego eficaz e realista.

Autocandidatura: Forma de solicitar un posto de traballo por iniciativa propia.

Base de Cotización: Cuantía establecida pola lei segundo os réximes e a categoría profesional, en función da cal calcúlase a cotización á Seguridade Social.

Competencia profesional: Conxunto de coñecementos, destrezas e aptitudes que ten que ter unha persoa traballadora para exercer dunha forma eficaz unha profesión.

Cotizar: Pagar a cota ou parte correspondente de gastos colectivos, as cotas da seguridade social, etc.

Demandas de emprego: son as inscricións como demandantes de emprego rexistradas no servizo público de emprego.

Empregabilidade: Fai referencia ó potencial dunha persoa para axustarse ou satisfacer a demanda de un posto de traballo.

Empresa: Organización dedicada a actividades industriais, mercantís ou de prestación de servizos con fins lucrativos. Lugar en que se realizan estas actividades.

Empresariado: Quen/es por concesión ou por contrata executa unha obra ou explota un servizo público. Titular propietario/a ou directiva/o dunha industria, negocio ou empresa.

Familia profesional: Agrupación de empregos afíns en canto a actividades que desenvolven e competencias que se requiren para desempeñalos.

Folga: Interrupción colectiva da actividade laboral por parte de traballadores/as co fin de reivindicar certas condicións ou manifestar unha protesta.

Imaxe corporativa: É a cara externa dunha empresa. Inclúe a marca e o logotipo

Incapacidade laboral: Situación de enfermidade ou de padecemento físico ou psíquico que impide a unha persoa, de xeito temporal ou definitivo, realizar unha actividade profesional e que normalmente da dereito a unha prestación da seguridade social.

Itinerarios personalizados de inserción laboral: Como itinerario de inserción profesional ou itinerario personalizado de inserción laboral entendemos o procedemento ou conxunto de actuacións de información, formación, orientación e asesoramento que teñen como finalidade favorecer a empregabilidade das persoas demandantes de emprego, a través da avaliación das capacidades, habilidades, oportunidades, aptitudes, intereses profesionais, mediante un protocolo, que nos permite realizar un deseño individual do noso itinerario de vida sociolaboral.

Laboral: Relativo ao traballo. Denominación de aquela póla xurídica que regula as relacións derivadas dos contratos de traballo e da Seguridade Social.

Negociación Colectiva: A que levan a cabo os sindicatos de traballadoras/es e o empresariado para a determinación das condicións de traballo e que, normalmente, desemboca nun convenio colectivo.

Ofertas de emprego: comprende os postos de traballo ofrecidos por empresas e organismos e formalizados e rexistrados tanto nos centros colaboradores como nas oficinas de emprego.

7. Glosrio de termos

Organigrama: serie de cadros unidos por liñas, nos que se representan as relacións de autoridade e responsabilidade entre o persoal executivo da dirección dunha empresa cos restantes membros da organización.

Orientación laboral: Conxunto de actuacións e/ou servizos orientados a favorecer procesos de formación e inserción sociolaboral.

Paro rexistrado: demandas existentes o último día do mes que se atopan en situación de alta.

Perfil profesional: Conxunto de competencias (aptitudes, actitudes, coñecementos, capacidades...) definidas en relación a unha actividade profesional.

Persoa ocupada: toda persoa maior de 16 ou máis anos que declara ter un traballo por conta allea ou exerce unha actividade por conta propia.

Persoa en paro: toda persoa maior de 16 ou máis anos que está simultaneamente sen traballo, na busca de dun e dispoñíbel para traballar.

Poboación economicamente activa: Suma da poboación ocupada e parada.

Poboación economicamente inactiva: todas aquelas persoas que non cumpren as condicións necesarias para a súa inclusión entre as persoas ocupadas ou paradas. Inclúense nesta poboación os/as escolares ou estudantes, persoas que están realizando labores do fogar, pensionistas de invalidez, de viuvez ou orfandade, de xubilación ou prexubilación, persoas noutras situacións: rendeiras/os, menores sen escolarizar...

Políticas activas de emprego: Aquelas políticas que inciden directamente sobre o mercado laboral coa finalidade de fomentar a inserción laboral da poboación e incentivar a creación de emprego.

Reciclaxe profesional: Actualización da cualificación profesional tendo en conta as novas exixencias do mercado laboral.

Técnicas de busca de emprego: Conxunto de ferramentas e estratexias para a busca de emprego.

Teletraballo: Traballo realizado a distancia, fora do centro de traballo habitual, facendo uso das novas tecnoloxías (NTIC).

8. Planning para a busca activa de emprego

Exemplo de Planning semanal

Planning semanal				
Semana do	ao	de	de	200
Luns				
Martes				
Mércores				
Xoves				
Vernes				

8. Planning para a busca activa de emprego

Exemplo de Planning mensual

Planning mensual					
	1ª semana	2ª semana	3ª semana	4ª semana	5ª semana
Luns					
Martes					
Mércores					
Xoves					
Vernes					

9. Bibliografía

ÁLVAREZ, M. (1995): Orientación profesional. Cedecs. Barcelona.

BIGLINO, R. (2001): Las reglas del currículum vitae eficaz. De Vecchi. Barcelona.

BOM, W. (1994): Abrirse paso. Orientación laboral y profesional para mujeres. El Roure Editorial. Barcelona.

CASTILLO, G. (2000): De la universidad al puesto de trabajo. Estrategias y recursos para acceder al primer empleo. Pirámide. Madrid.

EQUIPO EXPERTOS 2100. (1995): Currículum Vitae y Propuestas de Colaboración. De Vecchi. Barcelona.

FRIEDRICH, H. (2000): Afrontar con éxito las entrevistas de trabajo: cómo prepararse para la entrevista, qué estrategias desarrollar... Drac.

HERNÁNDEZ A. E LÓPEZ B. (1996): Aprender a buscar trabajo. Cauce Editorial. Madrid.

INSTITUTO DE LA MUJER- INEM. (1990): MABEN. Manual de acción para la búsqueda de empleo de la mujer. Madrid.

JACKSON, T. (1995): El Currículum Perfecto. Playor. Madrid.

LÓPEZ-FÉ, C.M. (2002): Persona y profesión. Procedimientos y técnicas de selección y orientación. TEA Ediciones.

PALACÍ, F.J. e GRIMALDI, A. (2005): La Orientación laboral: teoría y práctica. Madrid.

REICHEL, W. (1998): Estrategias para conseguir trabajo: tomar la iniciativa y una buena planificación determinan el éxito en la búsqueda de empleo. Drac.

RIFKIN, J. (1996): El fin del trabajo. Paidós. Barcelona.

SEBASTIÁN, A., RODRÍGUEZ, M.L. y SÁNCHEZ M.L. (2003): Orientación Profesional. Un proceso a lo largo de la vida. Dykinson. Madrid.