

**MINISTERIO DE TRABAJO
Y DESARROLLO LABORAL**



DIRECCIÓN DE EMPLEO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL “ORIENTA PANAMÁ”

www.mitradel.gob.pa

524-1866

mivargas@mitradel.gob.pa



GoAnimate



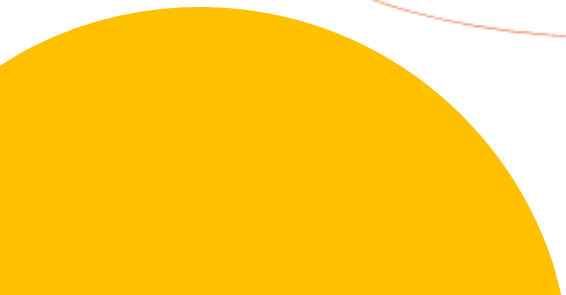
AREAS CON MAYOR NECESIDAD DE FORMACIÓN

Profesiones que cobrarán relevancia

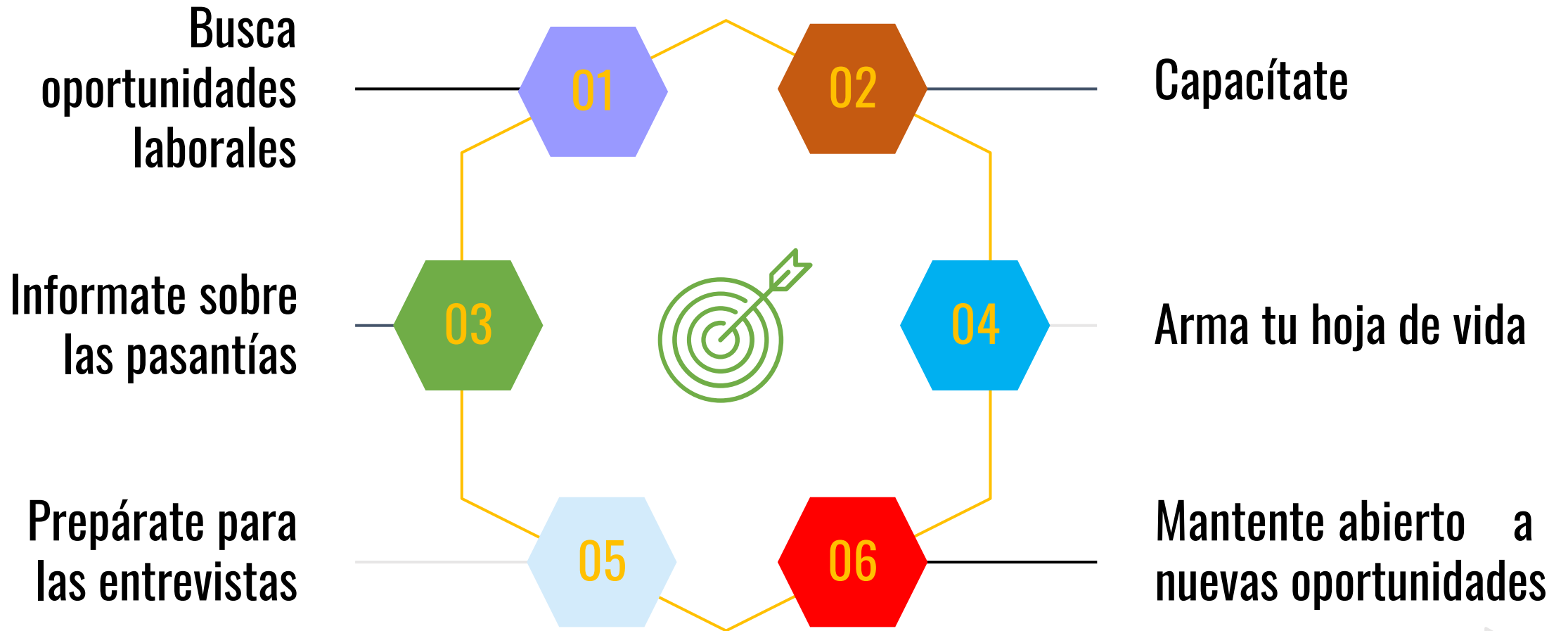




CONSEJOS PARA TU PRIMERA OPORTUNIDAD LABORAL



DESCUBRE POR DONDE EMPEZAR



ORGANIZATE PREVIAMENTE



Elabora bien tu currículum

Coloca actividades atractivas en las que participaste, y destaca tus habilidades y competencias.



Organiza tus perfiles en redes profesionales

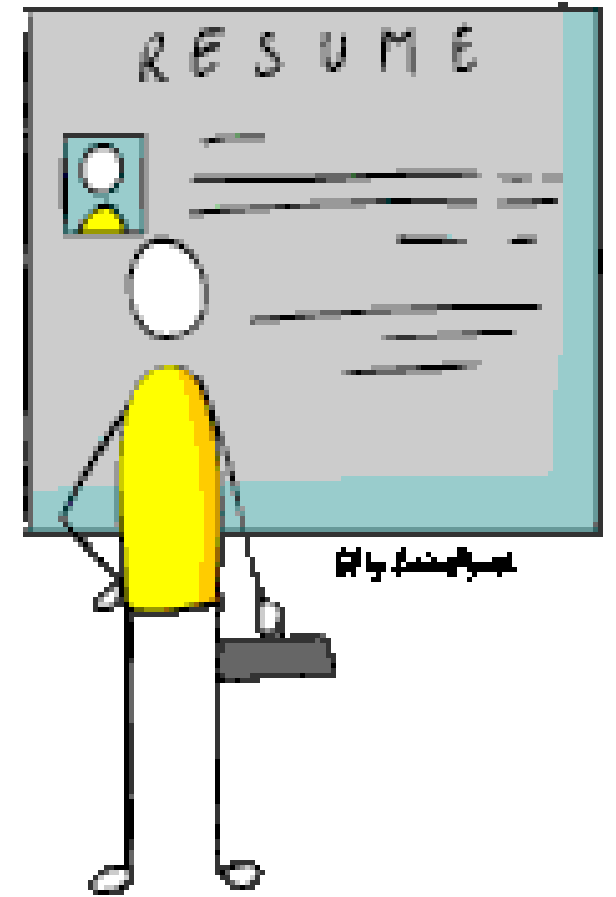
Monta un perfil completo, con toda la información necesaria.



Mantente atento a las candidaturas

Responde educadamente, transmite confianza y credibilidad.

HABLEMOS DE LA “HOJA DE VIDA”





Nombre
APELLIDOS

"Curiosa, motivada y determinada"

Teléfono ☎

Ubicación 📍

Correo electrónico ✉

Url LinkedIn in

Breve descripción personal y de tus objetivos... duis augue magna, bibendum at nunc id, gravida ultrices tellus. Pellentesque, ehicula ante id, dictum arcu hricula ante gravida ultrices. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur tur adipiscing elit. Aliquam nec varius mauris. Duis augue magna, bibendum at nunc id, gravida ultrices tellus. Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Aliquam nec varius mauris.

COMPETENCIAS

<ul style="list-style-type: none"> • Manejo del estrés • Corrección de textos • Trabajo en equipo 	<table border="0"> <tr><td>Francés</td><td><div style="width: 50%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div></td></tr> <tr><td>Inglés</td><td><div style="width: 70%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div></td></tr> <tr><td>Español</td><td><div style="width: 90%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div></td></tr> </table>	Francés	<div style="width: 50%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div>	Inglés	<div style="width: 70%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div>	Español	<div style="width: 90%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div>	<p>Software : Excel, Word, PowerPoint, Outlook, Photoshop, Illustrator, Wordpress.</p>
Francés	<div style="width: 50%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div>							
Inglés	<div style="width: 70%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div>							
Español	<div style="width: 90%; height: 5px; background: linear-gradient(to right, #00a68a, #c6e2ff);"></div>							

EDUCACIÓN

20XX - 20XX <small>Bogotá, Colombia</small>	GRADO XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX <i>Universidad, Colegio, Instituto</i>
20XX - 20XX <small>Bogotá, Colombia</small>	GRADO XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX <i>Universidad, Colegio, Instituto</i>
20XX - 20XX <small>Bogotá, Colombia</small>	GRADO XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX XXXXXXXXXXXXXXX <i>Universidad, Colegio, Instituto</i>

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Nov. 20XX – Jul. 20XX <small>Buenos Aires, Argentina</small>	<p>NOMBRE DE LA EMPRESA</p> <p>Cargo/Puesto ocupado</p> <ul style="list-style-type: none"> • Donec turpis mauris, auctor vitae sollicitudin in, elementum efficitur tellus. • Aenean nec turpis tortor. Ut placerat varius viverra vestibulum eu dictum purus. • Ut lacinia commodo erat id vulputate. Orci varius natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus.
Nov. 20XX – Jul. 20XX <small>Buenos Aires, Argentina</small>	<p>NOMBRE DE LA EMPRESA</p> <p>Práctica: Objetivos de la práctica</p> <ul style="list-style-type: none"> • Donec turpis mauris, auctor vitae sollicitudin in, elementum efficitur tellus. • Aenean nec turpis tortor. Ut placerat varius viverra vestibulum eu dictum purus. • Ut lacinia commodo erat id vulputate. Orci varius natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus.

INTERESES

- ✓ Viajar: Europa (Francia, Irlanda y Noruega), Asia (China, Japón, Tailandia).
- ✓ Deportes: Natación, he participado en competencias a nivel nacional.
- ✓ Cuenta de Instagram sobre viajes con +20k seguidores.

ESTRUCTURA DE LA HOJA DE VIDA



Encabezado (datos personales).



Experiencia laboral.



Estudios.



Otros conocimientos



Referencias.

ENCABEZADO

- Nombre completo
- Fecha de nacimiento
- Cédula
- Sexo
- Estado civil
- Dirección residencial
- Celular y teléfono residencial
- Contacto adicional
- Correo electrónico
- (Redes sociales)
- (Licencia de conducir)

Carlos Vazquez

Gerente de ventas



DIRECCIÓN	Passatge de Ventura Feliu, 17, 46007, Valencia, 46007, España	TELÉFONO	+34963324117
EMAIL	carlos.vazquez@gmail.com	FECHA / LUGAR DE NACIMIENTO	19/02/1999 / Murcia
NACIONALIDAD	Español	PERMISO DE CONDUCIR	Completo

Perfil

Gerente de ventas con amplia experiencia en el sector de alimentos secos y perecederos a empresas de retail y restaurantes. Alta capacidad de negociación y elaboración de planes estratégicos y comerciales para aumentar los índices de ventas de la organización, por medio de la medición del desempeño de la fuerza de ventas con kpi's.

FORMACIÓN ACADÉMICA



Nombre de la Institución Educativa.



Si culminó los estudios, se coloca el título obtenido.



Si actualmente está estudiando se coloca el nombre de la carrera o título a obtener.



Se coloca desde el actual o últimos estudios realizados:

Doctorado.
Maestría.
Post-grado.

Técnico.
Bachiller.



EXPERIENCIA LABORAL

- Nombre de la empresa.
- Cargo desempeñado.
- Tiempo en la empresa, fecha de inicio y final o si actualmente se encuentra laborado.
- Funciones desempeñadas.



OTROS CURSOS, CONOCIMIENTOS



Se colocan cursos, seminarios o talleres que usted consideren que son relevantes para la empresas con quien está realizando la entrevista.



Si usted posee conocimientos técnicos o experienciales específicos, que usted considera que el entrevistador deba conocer, debe colocarlos:

Programas de diseño gráfico.

Herramientas de programación.

Programas de logística o contabilidad, etc.

REFERENCIAS

Hay dos tipos de referencias:

Laborales:

- Nombre de la empresa.
- Nombre y cargo de la persona que brinda las referencias.
- Teléfono de oficina o celular.

Personales:

- Nombre de la persona que brinda la referencia.
- Teléfono o celular.



CORRECTO

- ✓ Blusa básica formal
- ✓ Blazer de color neutro
- ✓ Pantalón largo
- ✓ Maquillaje suave
- ✓ Peinado sencillo



INCORRECTO

- ✗ Camiseta informal corta
- ✗ Sombreros
- ✗ Jeans o vaqueros
- ✗ Sobrecamisas
- ✗ Mezclar muchos colores



CÓDIGO DE VESTIMENTA



iStock
Credit: Aleutie



CÓDIGO DE VESTIMENTA

ENTREVISTA LABORAL

CLAVES PARA SUPERAR UNA ENTREVISTA DE TRABAJO



Antes de acudir a la entrevista, infórmate sobre la empresa que te ha convocado.



Sé puntual, mantén una postura adecuada, cuida tu tono de voz y sé natural.



Prepara lo que vas a decir en la entrevista de trabajo y escucha con atención.



No divagues, no interrumpas y no hables mal de antiguos trabajos.



Saca a la luz tus puntos fuertes y enfatiza las características que interesan a la empresa.



muchas gracias

DIRECCIÓN DE EMPLEO

PROGRAMA DE ORIENTACIÓN VOCACIONAL “ORIENTA PANAMÁ”

www.mitradel.gob.pa

524-1866

mivargas@mitradel.gob.pa

**MINISTERIO DE TRABAJO
Y DESARROLLO LABORAL**

