



Cofinanțat de
Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Metodologia serviciilor de informare, consiliere profesională și tutorat

Proiectul „Competențe digitale pentru perfecționare”

Cod SMIS 310020

ASOCIATIA DEZVOLTAREA CAPITALULUI UMAN

Lista responsabililor cu elaborarea și aprobarea metodologiei

08.10.2024

Elemente privind operațiunea	Numele și prenumele	Funcția	Semnătura
Elaborat	TRUȚĂ MIHAELA ALINA	EXPERT CONSILIERE SI MENTORAT 1	
	DICAN CLAUDIA ALINA	EXPERT CONSILIERE SI MENTORAT 2	
	FĂGĂDAR FLAVIU IONEL	EXPERT CONSILIERE SI MENTORAT 3	
	HENTEA ANDREI	EXPERT CONSILIERE SI MENTORAT 4	
Verificat	MOLDOVAN RADU	COORDONATOR P2	
Aprobat	GHENESCU DANIELA	MANAGER PROIECT	



DCU



**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității “

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

CUPRINS

CAPITOLUL I	INFORMATII PROIECT 1.1. Informatii generale proiect 1.2. Scopul prezentei metodologii 1.3. Personalul implicat in implementarea metodologiei
CAPITOLUL II	DESCRIEREA ACTIVITĂȚII DE CONSILIERE PROFESIONALĂ ȘI TUTORAT 1.1. descrierea activității 1.2. Modalitati de desfășurare a serviciilor furnizate
CAPITOLUL III	ANEXE





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

CAPITOLUL I

1.1 INFORMAȚII GENERALE

Cadrul general de implementare al proiectului

Linia de finanțare:

Prezenta metodologie are scopul de a stabili principiile, activitățile și instrumentele de lucru necesare implementării activității de implementare și monitorizare a serviciilor în cadrul proiectului „Competențe digitale pentru perfecționare” - Cod SMIS 310020.

Proiectul are durată de 30 luni și se va implementa în perioada 01.09.2024 și 28.02.2027.

Cadrul legal aplicabil

Prezenta metodologie se întocmește și se va implementa în conformitate cu cadrul legal în vigoare aplicabil, respectând prevederile următoarelor documente:

- ✓ Ghidul Solicitantului Condiții Specifice
- ✓ Cererea de finanțare a proiectului;
- ✓ Contractul de finanțare
- ✓ Procedura de management a proiectului

Parteneriatul proiectului este format din:

1. **ȘCOALA ROMÂNĂ DE AFACERI A CAMERELOR DE COMERȚ ȘI INDUSTRIE FILIALA ALBA IULIA**, cu sediul în Alba Iulia, str. Avram Iancu, nr.7A, județul Alba, în calitate de Solicitant al proiectului
2. **ASOCIAȚIA “DEZVOLTAREA CAPITALULUI UMAN** cu sediul în Municipiul Sebeș, str. Veche. Nr 18, în calitate de Partener 2- P2





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

CONTEXTUL PROIECTULUI

OBIECTIVUL GENERAL AL PROIECTULUI

Acest obiectiv se va realiza prin informare privind importanța participării la FPC, consiliere și orientare în carieră și formare profesională în calificări și alte cursuri necesare pentru actualizarea cunoștințelor digitale, manageriale sau dezvoltare de abilități și cunoștințe cerute pe piața muncii.

Relevanța proiectului este adusă de furnizarea de servicii cu prioritate către un grup țintă care provine din domenii și ocupații ce se vor confrunta cu schimbări drastice urmare a implementării proceselor europene de implementare a inteligenței artificiale, a TIC și robotizării producției. Angajații din grupul țintă vor fi îndreptați și sprijiniți să obțină competențe și ocupații de viitor, sustenabile și moderne.

OBIECTIVE SPECIFICE ALE PROIECTULUI

✓ **OS1 Creșterea cu 1000 a numărului de angajați conștientizați cu privire la importanța formării profesionale continue în carieră.** Vor fi conștientizați 1.000 de persoane în mod direct și, prin acestia, un număr mult mai mare indirect, prin mesajele campaniei și multiplicarea informației de către GT. Proiectul va viza transmiterea informației și diseminarea sa către mai multe categorii de persoane, angajați care îndeplinesc în același timp și rol de multiplicatori de informație și formatori de opinie și va urmări diseminarea mesajelor către ei. Se vor folosi materiale informative, analize comparative și diseminare de bune practici, întâlniri și evenimente diferite, care au rolul de a facilita înțelegerea pentru formatorii de opinie și multiplicatorii de informație. În același timp, angajaților le vor fi prezentate și oportunitățile pe care le prezintă proiectul pentru dobândirea de competențe transversale-cheie (prin consiliere și FPC) dar și tehnice în domenii de viitor (prin programe de FPC). PRIN ACEST OBIECTIV, PROIECTUL SE ALINIAZĂ OBIECTIVULUI SPECIFIC PEO ESO4.7. Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale contribuind la realizarea indicatorului aferent PEO EECO01 la nivel de orizont de timp 2021-2027 cu 601 angajați, dintre cei 1000 constientizați, care participă la activitățile proiectului. Analiza realizată de parteneri relevă că rata de participare la cursuri de FPC este în continuare mică și îngrijorător, în scădere față de anii precedenți (În anul 2020,





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: **„Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020**

rata globală de participare la cursurile FPC1 a fost 17,4%, în scădere cu 3,9 puncte procentuale față de anul 2015 - sursa INSSE - vezi document atasat la Solicitant). În consecință, primul obiectiv specific al proiectului răspunde direct nevoii de a crește gradul de conștientizare al angajaților cu privire la beneficiile participării la FPC. Obiectivul va fi atins prin derularea următoarelor activități: -informarea publicului cu privire la importanța participării și beneficiile FPC pentru cariera profesională; - Informarea publicului cu privire la importanța participării la consiliere și mentorat în carieră; - Informarea publicului cu privire la activitățile concrete ale proiectului și beneficiile oferite de proiect; - colectarea documentelor de înscriere în GT ale persoanelor care doresc să participe; - selectarea a 601 angajați care sunt motivați să-și dezvolte competențe și abilități solicitate în economia digitală și a cunoașterii; Pentru realizarea acestui obiectiv, proiectul propune activitatea Activitatea 1 - Organizarea și derularea de campanii de constientizare a angajaților și angajatorilor privind importanța participării la FPC - activitate relevantă cu subactivitatea SA1.1 cu același nume, corelate cu rezultatele RA1-RA5 .

✓ **OS2 Cresterea performanțelor în plan profesional pentru 601 angajați prin furnizarea de servicii de consiliere profesională și tutorat la cele mai înalte standarde, acreditate conform legislației naționale.** Acest obiectiv se va realiza prin: - creșterea gradului de autocunoaștere al angajaților, - furnizarea de competențe transversale de autocunoaștere, - furnizarea de competențe civice în domeniile egalității de șanse, nediscriminării, accesului persoanelor cu dizabilități, economiei verzi și dezvoltării durabile; - dezvoltarea de competențe de planificare a carierei, - exersarea procesului de identificare și aplicare pentru un loc de muncă adecvat, - identificarea cerințelor pe care o persoană trebuie să le îndeplinească la un loc de muncă pe care și-l dorește. PRIN ACEST OBIECTIV, PROIECTUL SE ALINIAZĂ OBIECTIVULUI SPECIFIC PEO ES04.7. Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale contribuind la realizarea indicatorului aferent PEO EECO01 la nivel de orizont de timp 2021-2027 cu 601 angajați, dintre cei 1000 constientizați, a căror tranziție profesională este facilitată prin acces la servicii de consiliere și mentorat de calitate. Proiectul își propune ca beneficiile să fie atinse pentru un număr de 601 angajați. Acest obiectiv specific va fi îndeplinit prin atingerea rezultatului RA6 și prin implementarea activității A.2 Consilierea profesională a angajaților pentru încurajarea participării la programele de FPC, inclusiv în legătură directă cu dezvoltarea carierei și apariției de noi competențe pe piața muncii - activitate relevantă și obligatorie (cu subactivitatea aferentă și omonimă A.2.1).





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

✓ **OS3 Creșterea competențelor profesionale și abilităților personale necesare în economia cunoașterii pentru 601 angajați din regiunile Centru și Nord Vest.** Min 481 își vor certifica cunoștințele obținute în urma participării la cursurile de formare profesională din care min 100 obțin o calificare. Proiectul își propune să faciliteze atingerea acestui obiectiv prin furnizarea unei palete largi de programe de FPC, toate în domenii cheie și de viitor pentru piața muncii europene. Angajații vor fi sprijinți prin programe de FPC acreditate de ANC și prin programe de FPC certificate de solicitant. Numărul de angajați sprijinți este de 601, unii dintre aceștia urmând să participe la două sau mai multe programe de FPC modulare diferite și complementare, necesare anumitor ocupații. În acest fel se va urmări creșterea productivității activității lor, ca pivot pentru creșterea competitivității forței de muncă în domenii cheie-prioritare la nivel european în viitorul apropiat. PRIN ACEST OBIECTIV SPECIFIC, PROIECTUL SE ALINIAZA OBIECTIVULUI SPECIFIC PEO ESO4.7. Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale contribuind la realizarea indicatorilor PEO EECO01 la nivel de orizont de timp 2021-2027 cu 601 angajați care participă la activitățile proiectului; PEO 5SR01 cu min 481 persoane (80.03%) certificate cu recunoaștere națională sau la nivelul operatorului; PEO EECR03 cu min 100 persoane care dobândesc o calificare recunoscută la nivel național, conf OG 129/2000 privind formarea profesională a adulților. Structural, în urma activității A3.1: - 60 de manageri care își îmbunătățesc competențele și abilitățile necesare pentru a își crește performanțele manageriale și implicit menține sau promovează la locul de muncă. Min 48 își vor certifica cunoștințele dobândite prin finalizarea cu succes a cursurilor dedicate managerilor. - 300 de angajați (49.91%) participă la FPC dedicate competențelor digitale - min 240 finalizează cu certificare; - 125 participă la cursuri de calificare (min 100 dobândesc o calificare recunoscută la nivel național- ANC); - 116 angajați participă la cursuri de inițiere/perfecționare/alte cursuri decât cele digitale, necesare în economia cunoașterii (min 93 finalizează cu certificare). - min 50% din cei 601 vor fi femei. Acest obiectiv specific va fi îndeplinit prin atingerea rezultatelor RA7-12 și prin implementarea activității A.3 Organizarea și derularea de programe de formare profesională pentru angajați, inclusiv persoane care ocupă poziții de management - activitate relevantă și obligatorie cu subactivitatea omonimă aferentă SA.3.1.).





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

GRUPUL ȚINTĂ

Grupul țintă este alcătuit din 601 persoane - angajați cu contract individual de muncă și provine din IMM-uri și întreprinderi mari din regiunile mai puțin dezvoltate ale României: Nord-Vest și Centru (rezidente sau cu domiciliul în aceste 2 regiuni), vârsta 18-65 ani.

GRUPUL TINTA va avea următoarea distribuție geografică: Nord-Vest 180, Centru 421. Distribuția de mai sus a GT reprezintă valori estimative, neangajante, acestea pot varia (15%) între momentul realizării cererii de finanțare și implementare, pentru a asigura acces egal și nediscriminarea persoanelor care îndeplinesc criteriile de eligibilitate.

La nivelul tuturor categoriilor de GT nu se va face nici o discriminare, indiferent dacă aceștia sunt de etnie romă, din mediul rural, din anumite categorii sociale, etc., asigurându-se astfel respectarea principiilor de EGALITATE DE SANSE și NEDISCRIMINARE. Mai mult decât atât, 50% vor fi de gen feminin ca măsură de promovare a femeilor pe piața muncii. În cadrul activității A1 sunt vizate peste 1000 de persoane, potențial GT din regiunile Centru și NV care vor fi informate despre beneficiile proiectului și conștientizate despre importanța adaptării competențelor la noua piață a muncii. Toți membrii GT (601) vor intra în proiect prin participarea la cursuri sau consiliere în carieră (activ 2 și 3).

1.2. SCOPUL PREZENTEI METODOLOGII

Creșterea performanțelor în plan profesional pentru 601 angajați prin furnizarea de servicii de consiliere profesională și tutorat la cele mai înalte standarde acreditate conform legislației naționale

Implementarea unui proces de asistare a beneficiarului în momentele importante ale traseului său profesional, prin furnizarea de informații precise și susținerea sa în luarea deciziilor care îi afectează evoluția ulterioară pe planul carierei. Aceasta implică generarea de alternative adaptative în scopul atingerii unor obiective profesionale realist definite. Principiile unei consilieri privind cariera sunt principiile generale de consiliere, conținutul și forma însă sunt determinate de modelul de abordare a orientării vocaționale. Metodologia vizează autonomizarea activității experților cu atribuții în implementarea Activității 2.

1.3. PERSONALUL IMPLICAT ÎN IMPLEMENTAREA METODOLOGIEI

Activitățile definite de prezenta metodologie vor fi desfășurate în mod direct de către Experții consiliere mediere de la Partener 2 (Asociația Dezvoltarea Capitalului Uman) - 4 persoane, conform fișei de post a fiecăruia și planificării, organizării, coordonării și monitorizării activităților acestora, sub supravegherea Coordonatorului de activitate Partener P2.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Responsabilitățile/Atribuțiile Experților

Coordonator Partener P2

- ✓ Coordonează derularea proiectului la partener, asigurându-se că activitățile proiectului se derulează în parametrii de timp și cost, conform diagramei Gantt și bugetului
- ✓ Urmărește ca rezultatele propuse să fie îndeplinite la standardul de calitate impus
- ✓ Evaluează riscurile, detectează problemele și inițiază acțiunile corective pentru implementarea în condiții optime a proiectului
- ✓ Stabilește strategia de lucru a Echipei de implementare a partenerului
- ✓ Asigură disponibilitatea documentelor legate de managementul și implementarea proiectului la cerere și în teren, documente și/sau informațiile solicitate cu ocazia verificărilor și solicitărilor transmise de către AMPEO, OI, Autoritatea de Certificare și Plată, Autoritatea de Audit, Departamentul de Luptă Anti-fraudă, Comisia Europeană, Curtea Europeană de Conturi și/sau orăruialt organism abilitat să verifice modul de utilizare a finanțării nerambursabile
- ✓ Reprezintă partenerul în relația cu terții în exercitarea responsabilităților ce îi revin pentru implementarea proiectului
- ✓ Stabilește, în limita competențelor, alte atribuții specifice pentru membrii echipei partenerului
- ✓ Se implică efectiv în implementarea tuturor activităților din cadrul proiectului
- ✓ Întocmește raportul de activitate și fișa de pontaj aferentă activității lunare în care a fost implicat

Expert consiliere și mentorat

- ✓ Implicat în activitatea A2
- ✓ Consiliere în carieră (aprox 25% din GT): Furnizarea de consiliere individuală sau în grup pentru persoane care caută sfaturi în privința carierei lor, Evaluarea abilităților, intereselor și valorilor individuale pentru a oferi îndrumare în stabilirea obiectivelor de carieră, Asistență în elaborarea și îmbunătățirea CV-urilor și a scrisorilor de intenție
- ✓ Formare și dezvoltare profesională: Furnizarea de informații cu privire la oportunitățile de formare și dezvoltare profesională
- ✓ Consiliere vocațională: acordă asistență celor care doresc să își schimbe cariera, inclusiv identificarea abilităților transferabile și dezvoltarea de strategii de tranziție
- ✓ Întocmește raportul de activitate și fișa de pontaj aferentă activității lunare în care a fost implicat
- ✓ Alte sarcini atribuite de către managerul de proiect





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

CAPITOLUL II

2.1 DESCRIEREA ACTIVITĂȚII DE CONSILIERE PROFESIONALĂ ȘI TUTORAT

Activitatea A2 Consilierea profesională a angajaților pentru încurajarea participării la programele de FPC, inclusiv în legătură directă cu dezvoltarea carierei și apariției de noi competențe pe piața muncii -activitate relevantă și obligatoriu

Scop: Creșterea performanțelor în plan profesional pentru 601 angajați prin furnizarea de servicii de consiliere profesională și tutorat la cele mai înalte standarde, acreditate conform legislației naționale.

Necesitate: Digitalizarea și tehnologizarea (inteligenta artificială) provoacă și va provoca reducerea ocupării sau dispariția unui număr mare de ocupații; Angajații nu înțeleg care sunt oportunitățile pe care le au pentru transferarea și adaptarea competențelor lor la cerințele unor ocupații noi, complementare

Rezultate vizate: RA6: Număr angajați care beneficiază de servicii de consiliere și orientare în cariera: 601. Grup țintă vizat de A2: 601 pers.

Resurse umane implicate: Experti consiliere mediere 1-4 ADCU, MP, coord P. Sarcinile experților nu se suprapun, fiecare expert consiliere este responsabil de consilierea a aprox 25% din GT

Desfasurare: Prin această activitate se va viza încurajarea participării la programele de FPC inclusiv în legătura directă cu dezvoltarea carierei și căutarea de noi oportunități pt locuri de muncă. Activ. va fi desfasurată de Partener, care este acreditat în acest sens (a se vedea acreditarea încarcată în secțiunea „Solicitant”). Măsurile descrise mai jos cu privire la această activitate sunt convergente cu cele stabilite prin Strategia națională pentru ocuparea forței de muncă 2021 - 2027 sau Strategia națională pentru dezvoltare durabilă a României 2030. La această activitate vor participa cele 601 persoane ce vor fi înscrise în GT.

Serviciile vor fi adaptate la nevoile particulare ale fiecărui angajat din GT. Pentru a răspunde acestui deziderat de adecvare, succesiunea logică a pașilor (etapelor) care vor compune activitatea sunt descrise mai jos.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

ACTIVITATEA VA RESPECTA URMATOARELE ETAPE:

Etapa 1) Pe măsura ce se vor înscrie persoane în GT (anterior selectate și motivate folosind oportunitățile create de activitatea A1.1, campania, dintre angajații care îndeplinesc criteriile de eligibilitate descrise de GS), acestea vor fi invitate să ia parte la activitatea de consiliere profesională și tutorat.

Etapa 2) Informațiile colectate de către experții tehnici în cadrul procesului de înscriere vor fi transmise celor 4 consilieri pt o primă analiză a nevoilor de consiliere ale GT.

Etapa 3) Cei 4 experți consiliere vor realiza o planificare a sedintelor de consiliere luând în calcul mai mulți factori precum: locația GT, nevoile de consiliere ale fiecărei persoane, calendarul cursurilor, timpul necesar sedintelor de consiliere etc., astfel încât sedintele de consiliere să se desfășoare în context optim.

Etapa 4) În vederea îndeplinirii angajamentelor privind economicitatea și planificarea judicioasă a resurselor, nr. de ore de activitate alocate consilierilor a fost calculat obiectiv, pornind de la nr. de persoane înscrise în GT care vor fi consiliate (601) pt care s-au estimat un număr mediu de câte 8 ore/beneficiar (circa 7 lucru direct + 1 ora interpretare date, pregătire materiale, evaluare, feedback etc.) rezultând un număr de 4704 ore de activitate de prestat cumulativ, de către consilieri, pe întreaga durată a proiectului. Opinăm că această modalitate de planificare și organizare a activității ar trebui analizată ca bune practici în contextul proiectelor cu finanțare nerambursabilă. Astfel, pe lângă economiile majore (înjumătățite costurile față de implicarea full-time a experților pe toată durata proiectului) oferă un mecanism în care volumul de activitate desfășurată de experți să poată fi dozat în zile și luni diferite în funcție de nevoile reale ale GT.

În acest fel: - sunt luate în calcul problemele cu care se confruntă angajații și li se oferă sprijinul necesar adecvat; - persoanele interesate și eligibile **NU SUNT DISCRIMINATE** și, printr-o abordare unitară, în cele 2 regiuni li se oferă **OPORTUNITĂȚI EGALE, ACCES EGAL** la sprijin; - se vor folosi în comunicare căile cele mai eficiente de comunicare și intervenție; - calendarul activităților se va stabili în baza datelor colectate de la GT.

Consilierea se va putea realiza pe perioada în care angajații fac parte din GT, în acele momente în care serviciile ar aduce cel mai mare impact asupra GT pentru atingerea scopului proiectului. Astfel, **serviciile de consiliere vor începe înaintea demarării cursurilor iar, în funcție de nevoile particulare ale fiecărei persoane consiliate, acestea vor putea continua și pe perioada cursurilor, chiar și după finalizarea acestora**, ajutând astfel GT să își constientizeze nevoile și să înțeleagă cum să utilizeze pe piața muncii noile competente





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

dobandite la curs. Aceasta modalitate de planificare a derularii serviciilor de informare și consiliere profesională adaptată la particularitățile individuale și disponibilitatea GT este una INOVATOARE, menită să aducă maximum de beneficii posibile, personalizat, fiecărui membru al GT; Se va derula efectiv procesul de consiliere cu fiecare participant.

Acesta va cuprinde serviciile:

1. Informare profesională privind:

- ✓ posibilitățile de încadrare în acord cu pregătirea și experiența profesională, precum și a cerințelor angajatorului
- ✓ posibilitățile de (re)calificare și perfecționare în vederea creșterii șanselor de încadrare /menținere în munca

2. Consiliere individuală și colectivă:

- ✓ identificarea problemei pt care se solicită consilierea;
- ✓ autocunoaștere cu accent pe constientizarea aptitudinilor, intereselor, motivațiilor precum și identificarea punctelor forte care pot fi utilizate în rezolvarea problemelor în cariera;
- ✓ stabilirea de obiective profesionale privind cariera, precum și de alte posibile alternative ale acestora;
- ✓ identificarea și planificarea etapelor de parcurs în vederea atingerii acestor obiective;
- ✓ dezvoltarea atitudinilor și a gândirii pozitive;

Expertii consiliere vor utiliza cele mai moderne instrumente și metode pt a desfășura activitatea la cele mai înalte standarde și urmărind creșterea eficienței, inclusiv în sprijinirea directă a GT prin tutorat. Ei se vor asigura că acțiunile desfășurate iau în calcul problemele cu care se confruntă și nevoile GT.

2.2 MODALITĂȚILE DE DESFĂȘURARE A SERVICIILOR FURNIZATE:

- Desfășurarea activităților ”față în față” (*sesiuni individuale/sesiuni collective*)
- Desfășurarea activităților la distanță (*sesiuni individuale/sesiuni collective*)

Activitățile desfășurate la distanță se vor realiza prin intermediul mijloacelor de comunicare moderne on-line respectiv mail, telefon, canale de comunicare inovatoare asociate social media -skpe, messenger, WhatsApp, etc.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

1 Analiza de nevoi

Tipul serviciului	Modalități de desfășurare	Instrumente de lucru
Identificare nevoi	Analizarea fiecărui dosar al beneficiarului (statut actual, nivel de educație, ocupația/domeniul de interes) de unde rezultă dacă beneficiarul de servicii este cu sau fără formare, statutul profesional actual, nivelul de școlarizare și ocupația pentru care solicită informare profesională Totodată, se va relaționa cu persoane resursă care pot da informații despre membrii grupului țintă, inclusiv din resursele experților tehnici (chestionar analiza nevoi)	Anexa 1 <i>Fișa de culegere de date și identificare nevoi de informare și consiliere profesională</i> Anexa 2 <i>Planul de măsuri de sprijin</i>

2. Informare profesională

Tipul serviciului	Modalități de desfășurare	Instrumente de lucru
informare privind posibilitățile de încadrare în acord cu pregătirea și experiența profesională, precum și a cerințelor angajatorului	Se realizează pentru toți beneficiarii conform planului de măsuri de sprijin	Anexa 3 <i>Portofoliu profesional</i>
Informare privind posibilitățile de (re)calificare și perfecționare în vederea creșterii șanselor de încadrare/menținere în muncă	Se prezintă fișa sintetică pentru programul de formare din cadrul proiectului care prezintă interes din partea beneficiarului Se prezintă și alte fișe sintetice pentru alte programe de interes în funcție de așteptările beneficiarului	Anexa 4-Fisa sintetica Competențe digitale Anexa 5 <i>Fisa sintetica Competențe lingvistice-Engleză</i> Anexa 6 <i>Servant pompier</i> Anexa 7 <i>Fisa sintetica Lucrător comercial</i> Anexa 8 <i>Fisa sintetica Agent securitate</i> Anexa 9 <i>Fisa sintetica confecționar textile</i> Anexa10 <i>Fisa sintetica Eficacitate personală</i> Anexa11 <i>Fisa sintetica Comunicare eficientă</i>





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

3. Consiliere individuală și colectivă

Tipul serviciului	Modalități de desfășurare	Instrumente de lucru
Identificarea problemei pentru care se solicită consilierea	Preluare date din portofoliul profesional al beneficiarului și din Planul de măsuri de sprijin	Anexa 2 Planul de măsuri de sprijin Anexa 3 Portofoliu profesional
Autocunoaștere cu accent pe conștientizarea aptitudinilor, intereselor, motivațiilor precum și identificarea punctelor forte care pot fi utilizate în rezolvarea problemelor în carieră	Aplicare Test Holland Se face obligatoriu pentru beneficiarii de servicii înscriși la programele de formare de calificare. Serviciile de consiliere vor începe înaintea demarării cursurilor, iar în funcție de nevoile particulare ale fiecărei persoane consiliate, acestea vor putea continua și pe perioada cursurilor, chiar și după finalizarea acestora.	Anexa 12 Inventarul de interese - Test Holland
	Interpretare cod test Holland Calcularea scorului pe fiecare coloană a testului se centralizează într-un tabel și se obține scorul codului ocupational. Codul obținut se relatează cu ocupațiile care corespund din lista codurilor Holland	Anexa 13 Interpretare cod test Holland
	Aplicare chestionar autoevaluare aptitudini pentru beneficiarii care sunt interesați de alte cursuri decât cele de calificare	Anexa 14 Chestionar de autoevaluare a aptitudinilor
	Aplicare test Belbin pentru beneficiarii care sunt interesați de cursurile de comunicare eficientă și eficiența personală	Anexa 15 TEST BELBIN
	Se completează pentru toți beneficiarii de servicii	Anexa 16 Fisa de consiliere profesională și tutorat
Stabilirea de obiective profesionale privind cariera, precum și de alte posibile alternative ale acestora	Realizare plan de carieră , cuprinde informații referitoare la valori, nevoi, interese obiective de carieră, puncte tari puncte, puncte slabe în raport cu piața muncii	Anexa 17 Planul de carieră



DCU



**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Tipul serviciului	Modalități de desfășurare	Instrumente de lucru
Identificarea și planificarea etapelor de parcurs în vederea atingerii acestor obiective	Etapa 1 - Marketing personal -exersare completare CV EUROPASS - exersare completare scrisoare de intenție Etapa 2 - Tehnici active de căutare a unui loc de muncă	Anexa 18 CV EUROPASS Anexa 19 Scrisoare de intentie Anexa 20 Fisa informativă
Dezvoltarea atitudinilor și a gândirii pozitive	Aplicare fisa exercitiu	Anexa 21 Fișă exercițiu de dezvoltare a atitudinii și gândirii pozitive
Alte instrumente utilizate în procesul de furnizare și monitorizare a serviciilor		Anexa 22 Tabel prezenta Anexa 23 Centralizator monitorizare servicii





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

CAPITOLUL III ANEXE

Detalii despre procesul de furnizare de servicii se regăsesc în următoarele anexe

Nr.crt.	Denumire anexă
1.	Anexa 1 - Fișă de culegere date si identificare nevoi de informare si consiliere profesională
2.	Anexa 2 - Plan de măsuri de sprijin
3.	Anexa 3 - Portofoliu profesional
4.	Anexa 4 - Fisa sintetica Competențe digitale
5.	Anexa 5 - Fisa sintetica Competență în multilingvism-Limba engleză
6.	Anexa 6 - Fisa sintetica Servant pompier
7.	Anexa 7 - Fisa sintetica Lucrător comercial
8.	Anexa 8 - Fisa sintetica Agent securitate
9.	Anexa 9 - Fisa sintetica Confectioner -asamblator articole din textile
10.	Anexa 10 - Fisa sintetica eficacitate personală
11.	Anexa 11- Fisa sintetica Comunicare eficientă
12.	Anexa 12 - Inventarul de Interese Test Holland
13.	Anexa 13 - Interpretare cod Test Holland
14.	Anexa 14 - Chestionar de autoevaluare a aptitudinilor
15.	Anexa 15 - Test Belbin- pentru stabilirea rolului în echipă
16.	Anexa 16 - Fisa de informare, consiliere profesionala si tutorat
17.	Anexa 17- Plan carieră
18.	Anexa 18 - CV Europass
19.	Anexa 19- Scrisoare de intenție
20.	Anexa 20 - Fișă informativă
21.	Anexa 21 Fișă exercițiu de dezvoltare a atitudinii și gândirii pozitive
22.	Anexa 22- Tabel de prezență
23.	Anexa 23 - Centralizator monitorizare servicii





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 1

**FIȘĂ DE CULEGERE DATE ȘI IDENTIFICARE NEVOI DE INFORMARE ȘI CONSILIERE
PROFESIONALĂ**

I DATE DE IDENTIFICARE

NUMELE SI PRENUMELE:	
CNP	
TELEFON	

II. EDUCATIE SI FORMARE PROFESIONALA

INSTITUTIA DE INVATAMANT	NIVEL STUDII	DIPLOMA OBTINUTA

CURSURI DE INITIERE/ CALIFICARE / SPECIALIZARE/ PERFECTIONARE

.....

.....

MESERIA DE BAZĂ: _____

III SITUATIA ACTUALĂ:

FUNCTIA/ POSTUL OCUPAT actual _____

FIRMA/COMPANIA/INSTITUTIA _____





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

IV RUTA PROFESIONALĂ - ultimele doua locuri de muncă (altele decat locul de muncă actual)

Specificatii	POSTUL 1	POSTUL 2
Firma/compania/institutia		
Postul ocupat		
Vechimea pe post		
VECHIME ÎN MUNCĂ _____		

IV DOMENII DE ACTIVITATE DE INTERES

Industria prelucrătoare	Construcții	
Industria extractivă	Repararea autovehiculelor și motocicletelor	
Comerț cu ridicata și cu amănuntul;	Transport și depozitare	
Distribuția apei; Salubritate, Gestionarea deșeurilor, Activități de decontaminare	Hoteluri și restaurante	
Producția și furnizarea de energie electrică și termică, gaze, apă caldă și aer condiționat	Administrație publică și apărare;	
Învățământ	Asigurări sociale din sistemul public	
Sănătate și asistență socială	Activități de spectacole, culturale și recreative	
Agricultură, silvicultură și pescuit	Activități profesionale, științifice și tehnice	
Intermedieri financiare și asigurări	Tranzacții imobiliare	
Alte activități de servicii (SPECIFICATI)	ALTELE (CARE)	
.....		
.....		
.....		





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

V. ACORDUL BENEFICIARULUI DE PARTICIPARE LA ACTIVITATEA DE INFORMARE ȘI CONSILIERE PROFESIONALĂ

Serviciul furnizat	Activități de acoperire	Instrument	Specificații	
			DA	NU
Identificare nevoi de informare și consiliere profesională	Analiza documentelor personale	<i>Realizare portofoliu profesional</i>		
	Analiza traseu profesional			
Informarea profesională	Posibilitățile de încadrare în acord cu pregătirea și experiența profesională, precum și a cerințelor angajatorului	<i>Realizare portofoliu profesional</i>		
	Posibilitățile de (re)calificare și perfecționare în vederea creșterii șanselor de încadrare/menținere în muncă	<i>Fise sintetice programe de formare</i>		
Consiliere profesională /Tutorat	Identificarea problemei pentru care se solicită consilierea	<i>Fișa de culegere de date și identificare nevoi de informare și consiliere</i>		
	Autocunoaștere cu accent pe conștientizarea aptitudinilor, intereselor, motivațiilor precum și identificarea punctelor forte care pot fi utilizate în rezolvarea problemelor în carieră	<i>Inventarul de interese - Test Holland</i>		
		<i>Chestionar de autoevaluare a aptitudinilor</i>		
		<i>TEST BELBIN</i>		
	Stabilirea de obiective profesionale privind cariera, precum și de alte posibile alternative ale acestora	<i>Planul de carieră</i>		
	Identificarea și planificarea etapelor de parcurs în vederea atingerii acestor obiective	<i>CV EUROPASS scrisoare de intentie Fisa informativă</i>		
	Dezvoltarea atitudinilor și a gândirii pozitive	<i>Fișă exercițiu de dezvoltare a atitudinii și gândirii pozitive</i>		





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 2

PLAN DE MĂSURI DE SPRIJIN

I DATE DE IDENTIFICARE

NUMELE SI	
PRENUMELE:	
CNP	

II ACTIUNI IN SPRIJINUL BENEFICIARULUI

a) Actiuni întreprinse :

Serviciu	Actiuni	Durate	Ancorare in timp
Analiza de nevoi	Analiza documente personale si profesionale	45 min	Maxim 7 zile de la cererea de includere in proiect
Informare si consiliere profesionala	Posibilitățile de (re)calificare și perfecționare în vederea creșterii șanselor de încadrare/mentinere în muncă	35 min	La intrarea in operatiune
	Posibilitățile de încadrare în acord cu pregătirea și experiența profesională, precum și a cerințelor angajatorului	35 min	Maxim 10 zile lucratoare de la intrarea in operatiune
	Identificarea problemei pentru care se solicită consilierea	40 min	Maxim 10 zile lucratoare de la intrarea in operatiune
	Autocunoaștere cu accent pe conștientizarea aptitudinilor, intereselor, motivațiilor precum și identificarea punctelor forte care pot fi utilizate în rezolvarea problemelor în carieră	90 min	Maxim 20 zile lucratoare de la intrarea in operatiune
	Stabilirea de obiective profesionale privind cariera, precum și de alte posibile alternative ale acestora	90 min	Maxim 20 zile lucratoare de la intrarea in operatiune
	Identificarea și planificarea etapelor de parcurs în vederea atingerii acestor obiective	90 min	Maxim 25 zile lucratoare de la intrarea in operatiune
	Dezvoltarea atitudinilor și a gândirii pozitive	40 min	Maxim 25 zile lucratoare de la intrarea in operatiune



DCU



**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

b) Cursurile de formare profesionala stabilite prin proiect

Denumire curs	Tip curs	Interes exprimat PFP proiect	Absolvent		Observatii
			Da	Nu	
Comunicare eficientă	inițiere				
Eficiență personală	inițiere				
Competențe digitale	inițiere				
Servant pompier	inițiere				
Competențe lingvistice -engleza	inițiere				
Lucrător commercial	Nivel 2				
Confectioner textile	Nivel 2				
Agent Securitate	Nivel 2				

III Informare , consiliere profesională /tutorat

Tipul de informare/ consiliere	Metode	Tehnici de evaluare/instrumente utilizate	Actiuni recomandate
Informare profesionala	Consiliere individuala/grup	Portofoliul profesional	
		Fise sintetice PF	
Consiliere pentru dezvoltare profesionala	Consiliere individuala/grup	Chestionar autoevaluare aptitudini	
	Consiliere individuala/grup	Test Belbin	
	Consiliere individuala/grup	Fisa exercitiu dezvoltarea atitudinii și gândirii pozitive	
	Consiliere individuala/grup	Analiza SWOT	
Consiliere vocaționala	Consiliere individuala/grup	Aplicare Test Holland	
Tutorat	Consiliere individuala/grup	Realizare plan de carieră	
	Consiliere individuala/grup	Marketing personal -exersare completare CV EUROPASS - exersare completare scrisoare de intenție	
		Tehnici active de căutare a unui loc de muncă	





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 3

PORTOFOLIU PROFESIONAL

I DATE DE IDENTIFICARE

NUMELE SI	
PRENUMELE:	
CNP	

II ANALIZA DOCUMENTELOR DE STUDII / INTERVIU PRIVIND TRASEUL PROFESIONAL

2. Educație și formare profesională continuă:

Perioada	Insituția/Specializarea	Profesie /ocupație	Diploma obtinuta

3. Cursuri de formare profesionala certificate

Denumire curs	Profesie /ocupație

4. Experiență profesională:

Nr. crt	Angajator	Ocupația	Funcție de conducere/execuție	Durata

5. Responsabilitati si atributii conform fisei de post (de la locul de muncă actual).	1.....
	2.....
	3.....
	4.....
	5.....
	6.....

6. Concluzii.....



DCU



**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 4

Fișa sintetică de prezentare a programului de formare Competență digitală, inclusiv de siguranța pe internet și de securitate cibernetică

Denumirea programului	COMPETENȚĂ DIGITALĂ, INCLUSIV DE SIGURANȚA PE INTERNET ȘI DE SECURITATE CIBERNETICĂ
Tipul programului	COMPETENȚĂ CHEIE
Durata unei serii	52 ore
Nr ore teorie	20 ore
Nr ore practică	32 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE ABSOLVIRE

Numărul maxim de participanți: 25/ grupa

Nr grupe :

- Competențe digitale de baza - 4 grupe
- Competențe digitale medii - 4 grupe

Criterii de acces la program:

- înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului
- participarea la activitatea de consiliere
- studii minime gimnaziale

Aspecte generale:

Pentru cine este potrivit acest curs de competențe digitale?

Cursul este pentru cei care sunt la început de drum pe partea de utilizare a calculatorului și doresc să-și aprofundeze cunoștințele pentru a avansa la jobul actual, pentru a rămâne la curent cu tehnologia sau pentru a se adapta la digitalizarea lumii moderne.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 5

**Fișa sintetică de prezentare a programului de formare
COMPETENȚĂ ÎN MULTILINGVISM - LIMBA ENGLEZĂ**

Denumirea programului	COMPETENȚĂ ÎN MULTILINGVISM - LIMBA ENGLEZĂ
Tipul programului	COMPETENȚĂ CHEIE
Durata unei serii	48 ore
Nr ore teorie	16 ore
Nr ore practică	32 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE ABSOLVIRE

Numărul maxim de participanți: 26/ grupa

Nr grupe :

- Competență în multilingvism - limba engleză- 1 grupa

Criterii de acces la program:

- înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului
- participarea la activitatea de consiliere
- studii minime gimnaziale

Aspecte generale:

Limba engleză este cea mai răspândită limbă de comunicare internațională, este limba relațiilor comerciale, a călătoriilor, a Internetului și domeniului IT (80% din informația stocată în calculatoarele din lumea întreagă este în limba engleză), a majorității publicațiilor de specialitate (mai mult de jumătate din informația științifică accesibilă este în limba engleză) În majoritatea țărilor, limba engleză este a doua limbă vorbită, în întreaga lume, peste un miliard de oameni vorbind limba engleză.

Iti poti dezvolta competentele de limba engleza prin participarea la acest curs.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 6

Fișa sintetică de prezentare a programului de formare SERVANT POMPIER

Denumirea programului	SERVANT POMPIER
Tipul programului	INITIERE
Cod COR	516104
Durata unei serii	160 ore
Nr ore teorie	54 ore
Nr ore practica	106 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE ABSOLVIRE

Numărul maxim de participanți: 18/ grupa

Nr grupe :

- **SERVANT POMPIER - 1 grupa**

Criterii de acces la program:

- **înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului**
- **participarea la activitatea de consiliere**
- **studii minime scoala profesionala**

Aspecte generale:

Servantul pompier face parte din personalul formațiilor de intervenție, salvare și prim ajutor, din cadrul serviciilor voluntare/private pentru situații de urgență. Formația de intervenție este o structură specializată, constituită în vederea limitării și înlăturării urmărilor situațiilor de urgență. Formația de intervenție are în componere echipaje/grupe de intervenție și/sau echipe specializate. Echipajele/grupele de intervenție se constituie în funcție de specialitatea pe care o au, precum și în raport de categoriile și tipurile de autospeciale și utilaje mobile utilizate pentru îndeplinirea atribuțiilor. Echipele specializate sunt constituite, în funcție de tipurile de riscuri identificate în sectorul de competență, pe următoarele domenii principale: incendiu, protecție chimică, biologică, radiologică și nucleară, sanitar, cercetare-observare, deblocare-salvare, adăpostire, transmisiuni-alarmare, evaluare, pirotehnic și suport logistic.

**Competențe
dobândite
programul
formare**

**prin
de**

Unități de competență generale:

*Aplicarea prevederilor legale referitoare la sănătatea și securitatea în muncă
Aplicarea normelor de protecție a mediului*

Unități de competență specifice

*Efectuarea activităților de pregătire pentru intervenție în situații de urgență
Desfășurarea activităților premergătoare intervenției în situații de urgență
Executarea intervenției în situații de urgență
Întreținerea mijloacelor tehnice de intervenție din dotare*

SERVANT POMPIER





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 7

Fișa sintetică de prezentare a programului de formare

LUCRATOR COMERCIAL

Denumirea programului	LUCRATOR COMERCIAL
Tipul programului	CALIFICARE
Cod COR	522303
Durata unei serii	360 ore
Nr ore teorie	120 ore
Nr ore practică	240 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE CALIFICARE

Numărul maxim de participanți: 24/ grupa

Nr grupe :

- LUCRATOR COMERCIAL - 1 grupa

Criterii de acces la program:

- înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului
- participarea la activitatea de consiliere
- studii minime - învățământ gimnazial

Aspecte generale:

Lucrătorul comercial are următoarele atribuții: asigură necesarul de marfă la raft, ordonează rafturile pe categorii de produse și pe tipuri de produse, urmărește rafturile și asigură încărcarea lor cu marfă în funcție de vânzare, actualizează etichetele în funcție de prețul din ziua respectivă, asigură igiena rafturilor, verifică termenul de valabilitate al produselor, realizează comenzile pentru produsele ce urmează a fi expuse la raft, oferă relații clienților, răspunde solicitărilor clienților.

Competențe
dobândite prin
programul de
formare

LUCRATOR
COMERCIAL

1. Aplicarea legislației în vigoare privind sănătatea și securitatea în muncă, apărarea împotriva incendiilor și pentru situații de urgență
2. Aplicarea cerințelor legale specifice profesiei
3. Oferirea de asistență clienților cu privire la selectarea produselor, caracteristicile și funcționarea acestora
4. Identificarea și menținerea relației cu clienții
5. Realizarea vânzărilor
6. Asigurarea de servicii de post-vânzare
7. Monitorizarea comenzilor și a cantității stocurilor
8. Organizarea expunerii produselor
9. Întocmirea documentelor de evidență a achizițiilor și vânzărilor
10. Menținerea relațiilor cu furnizorii





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 8

Fișa sintetică de prezentare a programului de formare AGENT DE SECURITATE

Denumirea programului	AGENT DE SECURITATE
Tipul programului	CALIFICARE
Cod COR	541401
Durata unei serii	360 ore
Nr ore teorie	120 ore
Nr ore practică	240 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE CALIFICARE

Numărul maxim de participanți: 27/ grupa

Nr grupe :

- **AGENT DE SECURITATE - 2 grupe**

Criterii de acces la program:

- inregistrarea în Grupul Tinta al proiectului
- participarea la activitatea de consiliere
- studii minime - învățământ gimnazial
- vârsta minimă 18 ani
- să nu aibă antecedente penale pentru infracțiuni săvârșite cu intenție

Competențe dobândite prin programul de formare	Aplicarea prevederilor legale specifice activității agentului de securitate
AGENT DE SECURITATE	Utilizarea mijloacelor din dotarea individuală și a echipamentelor de securitate
	Îndeplinirea consemnelor și rezolvarea incidentelor de securitate
	Completarea documentelor specifice serviciului de securitate privată
	Aplicarea normelor de sănătate și securitate în muncă
	Respectarea normelor de protecție a mediului
	Comunicarea și menținerea relațiilor de muncă în echipă





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 9

Fișa sintetică de prezentare a programului de formare CONFECTIONER- ASAMBLOR ARTICOLE DIN TEXTILE

Denumirea programului	CONFECTIONER- ASAMBLOR ARTICOLE DIN TEXTILE
Tipul programului	CALIFICARE
	821908
Durata unei serii	360 ore
Nr ore teorie	120 ore
Nr ore practica	240 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE CALIFICARE

Numărul maxim de participanți: 24/ grupa

Nr grupe :

- **CONFECTIONER- ASAMBLOR ARTICOLE DIN TEXTILE - 2 grupe**

Criterii de acces la program:

- **înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului**
- **participarea la activitatea de consiliere**
- **studii minime - învățământ gimnazial**

Aspecte generale:

Confectionerul asambler articole din textile asigură asamblarea semifabricatelor, urmărind procesul tehnologic până la executarea finală a produsului. Pentru executarea unui produs sunt necesare utilaje semiautomate și automate. Munca sa cere o deosebită atenție și îndemânare, precum și o acuratețe maximă necesară realizării detaliilor. De calitatea activității sale depinde executarea corectă a confecționării

**Competențe
dobândite prin
programul de
formare**

**CONFECTIONER-
ASAMBLOR
ARTICOLE DIN
TEXTILE**

Organizarea activității proprii

Aplicarea prevederilor legale referitoare la sănătatea și securitatea în muncă, pentru situații de urgență și pentru protecția mediului

Croirea materialelor textile

Confecționarea articolelor din textile

Controlul calitativ al operației de confecționare

Realizarea tratamentului umidotermic al materialelor și produselor textile

Sortarea, etichetarea și ambalarea produselor textile

Întreținerea utilajelor din industria confecțiilor





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 10

Fișa sintetică de prezentare a programului de formare
EFICACITATE PERSONALĂ

Denumirea programului	EFICACITATE PERSONALĂ
Tipul programului	Recunoscut de angajator
Durata unei serii	16 ore
Nr ore teorie	8 ore
Nr ore practica	8 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE PARTICIPARE

Numărul maxim de participanți: 20/ grupa

Nr grupe :

- EFICACITATE PERSONALĂ - 4 grupe

Criterii de acces la program:

- înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului
- participarea la activitatea de consiliere

Obiective generale :

- Ce este eficacitatea personală?
- Stabilirea și prioritizarea obiectivelor
- Planificarea activităților
- Auto-organizarea
- Gestionarea interacțiunii cu cei din jur





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 11

**Fișa sintetică de prezentare a programului de formare
COMUNICARE EFICIENTĂ**

Denumirea programului	COMUNICARE EFICIENTĂ
Tipul programului	Recunoscut de angajator
Durata unei serii	16 ore
Nr ore teorie	8 ore
Nr ore practica	8 ore
Tipul certificatului obținut	CERTIFICAT DE PARTICIPARE

Numărul maxim de participanți: 20/ grupa

Nr grupe :

- COMUNICARE EFICIENTĂ - 3 grupe

Criterii de acces la program:

- înregistrarea în Grupul Tinta al proiectului
- funcție de conducere/management
- participarea la activitatea de consiliere

Aspecte generale :

Un manager eficient trebuie să adopte o strategie bine definită de comunicare, atât în organizație, cât și în exteriorul ei. Studiile efectuate demonstrează că un director alocă 80% din timpul său pentru a comunica în cadrul celor 3 roluri esențiale pe care le îndeplinește în cadrul firmei:

- interpersonal (lider, agent de legătură);
- informațional (observator activ, purtător de cuvânt);
- decizional (întreprinzător, negociator).

Eficiența mesajului unui manager depinde nu numai de felul în care este formulat, ci și de modul în care este transmis, adică de stilul de comunicare.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 12

Inventarul de Interese Test Holland

NUME PRENUME	
CNP	

Sectiunea I - Aplicare test interese profesionala

Va rugam să răspundeți la următoarele 120 de întrebări în spațiul marcat cu GRI cu 0,1 sau 2 conform legendei de mai jos.

Primele reacții constituie cele mai bune răspunsuri, răspunde la toate întrebările. Nu exista răspunsuri gresite.

Legenda: 0 - Dacă îți displace, 1 - Dacă îți este indiferentă, 2 - Dacă activitatea îți place

Nr.Crt.	ACTIVITATEA	1	2	3	4	5	6
1	Să repara ceasuri și bijuterii						
2	Să fii numărător de bani (de ex. persoana care să primească și dea bani la o bancă)						
3	Să discuți cu diverși oameni despre problemele ce privesc comunitatea						
4	Să faci experiențe științifice						
5	Să conduci un departament administrativ						
6	Să cânti pe o scenă						
7	Să repara motoare la automobile						
8	Să înregistrezi datele financiare ale unei firme						
9	Să ajuți persoanele handicapate fizic să se pregătească pentru o meserie						
10	Să folosești microscopul pentru a studia celule și bacterii						
11	Să cumperi marfă pentru un magazin mare						
12	Să fii artist						
13	Să faci mobilier						
14	Să lucrezi cu calculatorul sau cu un copiator într-un birou						
15	Să ajuți pe cei neajutorați (handicap, bătrâni, copii cu probleme)						
16	Să citești cărți, reviste științifice						
17	Să fii manager de vânzări						
18	Să scrii scurte povestiri						
19	Să lucrezi pe o macara						
20	Să faci rezervări pentru zboruri de avioane, pentru hoteluri într-un birou de voiaj						
21	Să fii profesor sau învățător						





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Nr.Crt.	ACTIVITATEA	1	2	3	4	5	6
22	Să faci muncă de cercetare într-un laborator fizic						
23	Să înregistrezi muncitori care au nemulțumiri la locul de muncă						
24	Să faci desene animate						
25	Să fii dulgher						
26	Să fii expert contabil (verificare)						
27	Să studiezi sociologia, adică cum trăiesc oamenii împreună						
28	Să faci studii științifice despre soare, lună, planetă, stele						
29	Să câștigi bani din comerț sau la bursa de valori						
30	Să predai muzica în școli						
31	Să asamblezi componentele unui echipament stereo						
32	Să verifici bugetul unei firme						
33	Să dai sfaturi privind legislația oamenilor săraci						
34	Să studiezi cauzele bolilor de inimă						
35	Să conduci un restaurant mare						
36	Să scrii un roman						
37	Să fii electrician						
38	Să ții evidența mărfurilor, a ceea ce se consumă la o firmă						
39	Să ai grijă de oameni bolnavi						
40	Să utilizezi matematica pentru a rezolva o problemă tehnică și științifică						
41	Să te ocupi de politica administrativă						
42	Să organizezi / regizezi piese de teatru						
43	Să conduci un tractor cu remorcă						
44	Să lucrezi cu cifre într-un birou de afaceri						
45	Să ajuți persoanele care au ieșit din închisoare să își găsească un loc de muncă						
46	Să fi medic chirurg						
47	Să fi vicepreședinte de bancă						
48	Să fii cântăreț de jazz						
49	Să faci, repari, refinizezi mobilă						
50	Să studiezi o firmă și să elaborezi un sistem contabil pentru nevoile sale financiare						
51	Să înveți să califici adulți pentru o meserie						
52	Să fii biolog marin						
53	Să fii jurist-consultul unei firme						





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Nr.Crt.	ACTIVITATEA	1	2	3	4	5	6
54	Să citești articole despre muzică și artă						
55	Să utilizezi și să repari echipament de radio, telegraf						
56	Să supervizezi personalul administrativ al unui oficiu						
57	Să ajuți oamenii în alegerea unei cariere						
58	Să examinezi efectele aerului poluat asupra mediului						
59	Să ocupi o poziție de lider						
60	Să fii designerul reclamelor pentru reviste sau TV						
61	Să instalezi sau să repari telefoane						
62	Să urmezi un curs de matematică pentru afaceri						
63	Să supraveghezi persoane care au încălcat legea						
64	Să inventezi un nou tip de echipament tehnic						
65	Să fii agent imobiliar						
66	Să studiezi operele marilor muzicieni						
67	Să lucrezi în construcții						
68	Să controlezi actele băncilor pentru a descoperi greșeli						
69	Să participi la strângerea fondurilor de caritate						
70	Să faci cercetare științifică cu privire la utilizarea energiei solare						
71	Să lucrezi pentru a convinge guvernul să adopte o anumită măsură						
72	Să scrii o piesă de teatru						
73	Să montezi dispozitive electrice						
74	Să utilizezi calculatorul pentru a prelucra date contabile						
75	Să planifici activitatea altora						
76	Să lucrezi la realizarea unei inimi artificiale						
77	Să promovezi dezvoltarea unei noi piețe de aprovizionare a populației						
78	Să compui muzică sau să faci aranjamente muzicale						
79	Să construiești etajere pentru cărți						
80	Să urmezi un curs de contabilitate						
81	Să dai primul ajutor						
82	Să fii asistent medical de laborator						
83	Să faci afaceri, comerț						
84	Să dirijezi o orchestră simfonică						
85	Să fii antreprenor în construcții de locuințe						
86	Să introduci informații în calculator						
87	Să lucrezi în calitate de consilier familial						





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Nr.Crt.	ACTIVITATEA	1	2	3	4	5	6
88	Să urmezi un curs de biologie la o școală sau universitate						
89	Să fii legiuitorul care să medieze disputele între sindicate și patronat						
90	Să scrii reportaje pentru reviste						
91	Să faci jucării de lemn						
92	Să ții evidența încasărilor pentru lucrările efectuate						
93	Să ajuți copii cu tulburări mentale						
94	Să cercetezi, să cauți un remediu contra cancerului						
95	Să fii judecător						
96	Să pictezi peisaje						
97	Să lucrezi ca paznic sau custode						
98	Să operezi într-un registru de încasări						
99	Să înveți să ajuți oameni în suferință						
100	Să conduci studii științifice privind controlul bolilor plantelor						
101	Să recrutezi și să angajezi oameni pentru o mare firmă						
102	Să scrii scenarii TV						
103	Să conduci un autobuz						
104	Să fii recepționar la un hotel						
105	Să studiezi psihologia						
106	Să fii medic care să ajute la prevenirea bolilor						
107	Să călătorești prin țară pentru a vinde produsele firmei						
108	Să faci scenografie pentru piesele de teatru						
109	Să repari lucrurile din jurul casei						
110	Să fii funcționar administrativ						
111	Să coordonezi programul sportiv pe un teren de sport						
112	Să faci studii științifice despre natură						
113	Să organizezi și să coordonezi afaceri						
114	Să aranjezi muzica de fond pentru film						
115	Să repari mecanisme						
116	Să operezi cu cifre pe computer						
117	Să conduci discuțiile de grup pentru copii delincvenți						
118	Să ajuți cercetătorii științifici în laboratoarele experimentale						
119	Să fii manager de producție						
120	Să faci recenzii de cărți ca un critic literar						
TOTAL PUNCTE							





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 13

Interpretare cod Test Holland

NUME PRENUME	
CNP	

Cod ocupational

NC	Tip de personalitate	Scor
1	REALIST	
2	INVESTIGATIV	
3	ARTISTIC	
4	SOCIAL	
5	ÎNTRERPRINZĂTOR	
6	CONVENȚIONAL	

Codul ocupational rezultat.....

RECOMANDARI CONFORM CODULUI OCUPATIONAL

Domenii activitate:

Ocupatii recomandate

1.
2.
3.
4.
5.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

Anexa 14

Chestionar de autoevaluare a aptitudinilor

Acest chestionar vă va ajuta să aveți o imagine mai clară legată de aptitudinile dumneavoastră. Aptitudinile se referă la ceea ce puteți face (nu ce vă interesează, nu ce este important pentru voi, ci ceea ce puteți face).

Chestionarul se numește „de autoevaluare a aptitudinilor”, fiindcă voi sunteți cei care evaluează nivelul unei anumite aptitudini.

Cum veți proceda: pentru fiecare întrebare alegeți nivelul care credeți că vă reprezintă cel mai bine, după următoarea scală:

- 1 = foarte mult
- 2 = mult
- 3 = destul de mult
- 4 = moderat
- 5 = puțin
- 6 = deloc

Aptitudinea generală de învățare

Puteți să:

1. înțelegeți instrucțiunile unui joc?
2. gândiți înainte de a acționa?
3. gândiți logic pentru a ajunge la o concluzie?
4. înțelegeți explicațiile care vi se dau în diferite situații?
5. evaluați obiectiv lucrurile și evenimentele ?
6. învățați singur după un manual?
7. găsiți argumente pentru a-i convinge pe alții?
8. gândiți astfel încât să luați decizii bune?
9. rezolvați probleme de calcul matematic?
10. participați activ la discuții?

Reprezentarea spațială

Puteți să:

1. rezolvați probleme de geometrie ?
2. vă imaginați cum arată o cutie în plan ?
3. vă reprezentați un lucru pe baza unei schițe ?
4. vă imaginați cum se assemblează bucățile unei cutii?
5. apreciați mărimile și distanțele într-o fotografie?
6. desenați respectând proporțiile ?





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

7. realizați schițe tridimensionale pe o hârtie ?
8. copiați cu ușurință un desen ?
9. vă reprezentați spații/clădiri pe baza unor planuri ?
10. vă reprezentați anumite figuri geometrice în spațiu?

Coordonarea ochi - mână

Puteți să:

1. sortați rapid anumite obiecte, fructe, legume, etc.?
2. prindeți obiecte (ex. o minge) și le aruncați cu precizie ?
3. tăiați cu foarfecile corect diferite figuri dintr-o coală de hârtie ?
4. asamblați piesele unui mecanism sau joc?
5. lucrați repede cu degetele sau cu mâinile ?
6. desenați linii drepte?
7. puneți obiectele unul peste altul fără ca acestea să se dărâme?
8. asamblați piesele unui joc de puzzle?
9. mergeți cu bicicleta de- a-lungul unei linii drepte?
10. bateți cuie cu ciocanul fără să vă loviți peste degete?

Dexteritate manuală

Puteți să:

1. manipulați unele unelte simple ca foarfecile, șurubelnița?
2. utilizați mașini care necesită mișcări precise ale mâinilor?
3. lucrați un timp îndelungat cu mâinile?
4. prindeți mingea sau obiecte mici aruncate?
5. curățați obiecte minuscule?
6. mânuiți ghidonul bicicletei/ volanul mașinii?
7. să utilizați veselă, pahare fără să le spargeți?
8. să decupați, cu ușurință, după contur?
9. să asamblați componentele unui mecanism simplu?
10. să reparați obiecte de uz casnic?





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Evaluare

Specificatii	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total
Apt. gen. de învățare											
Reprezentarea spațială											
Apt. Coordonare ochi-mână											
Dexteritatea manuală											

Calcularea scorului:

Se calculează punctajul pentru fiecare aptitudine (totalul pe fiecare linie din tabelul de evaluare). Cu cât punctajul este mai mic, cu atât vom considera că respectiva aptitudine este prezentă într-o mai mare măsură.

Descrierea corelației dintre aptitudine și profesie

Aptitudine	Înseamnă	Veți putea avea succes ca:
Aptitudinea generală de învățare	Abilitatea de învățare, înțelegere și raționare rapidă	Administrator, programator, inginer, jurist, etc.
Reprezentarea spațială	Abilitatea de a „vedea în spațiu”, informațiile văzute în plan, de a se orienta	Arhitect, inginer construcții, designer de interior, etc.
Coordonare ochi-mână	Abilitatea de coordonare a ochilor și mâinilor în efectuarea cu precizie a mișcărilor	Electrician, șofer, tâmplar, dulgher, etc.
Dexteritate manuală	Abilitatea de a asambla, modela, realiza obiecte, de a utiliza eficient unelte, instrumente	Operator banda, montator piese, etc





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 15

TESTUL BELBIN pentru stabilirea ROLULUI ÎN ECHIPĂ

NUMELE ȘI PRENUMELE :

CNP:

FUNCȚIA ACTUALĂ:

Pentru fiecare secțiune se distribuie un total de 10 puncte între întrebările care credeți că descriu cel mai bine comportamentul dumneavoastră. Aceste puncte pot fi distribuite între câteva întrebări sau în unele cazuri veți dori să dați câte un punct poate fiecărei întrebări sau toate cele zece puncte doar pentru una singură.

1. Cu ce cred că pot contribui la o echipă:

- a) Cred că pot vedea și obține avantaje foarte rapid de pe urma noilor oportunități.
- b) Pot lucra bine cu o gamă variată de oameni.
- c) Producerea ideilor este una din calitățile mele naturale.
- d) Capacitatea mea constă în a susține oamenii oricând văd că ei au ceva de valoare cu care ar putea contribui la obiectivele grupului.
- e) Capacitatea mea de a urmări lucrurile până la capăt este strâns legată de eficiența mea personală.
- f) Sunt pregătit să îmi pierd popularitatea pentru o vreme dacă știu că asta va duce la rezultate bune în final.
- g) Îmi dau seama rapid ce s-ar potrivi să facem într-o situație ce îmi este familiară.
- h) Pot oferi un mod rezonabil de rezolvare pentru diferite feluri de acțiuni fără a produce prejudicii și fără a fi părtinitor.

2. Dacă am un posibil neajuns în munca de echipă s-ar putea să fie pentru ca:

- a) Nu mă simt în largul meu dacă întâlnirile (de lucru) nu sunt bine structurate și controlate și, în general, bine conduse.
- b) Sunt înclinat să fiu prea generos cu cei care au un punct de vedere valid dar care nu a fost luat în considerare.
- c) Am tendința să vorbesc o mulțime de îndată ce grupul discută despre idei noi.
- d) Punctele mele de vedere obiective îmi creează probleme în a mă alătura colegilor gata pregătit și entuziast.
- e) Când trebuie să se facă ceva, sunt uneori privit ca plin de forță și autoritar.
- f) Îmi vine greu să conduc din frunte poate pentru că reacționez prea tare la atmosferă de grup.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

g) Sunt capabil să mă las atât de prins de ideile pe care le am încât pierd din vedere ce se întâmplă în jur.

h) Colegii tind să mă vadă ca pe o persoană care se îngrijorează peste măsură din cauza detaliilor sau a posibilității ca lucrurile să nu iasă cum trebuie.

3. Când sunt implicat într-un proiect cu alții:

a) Am aptitudinea de a influența oamenii fără a face presiuni asupra lor.

b) În general, vigilența mea face ca greșelile din lipsă de grijă sau omisiunile să nu aibă loc.

c) Sunt pregătit să preiau controlul ca să fiu sigur că o întâlnire nu este o pierdere de timp sau că se ignoră obiectivele principale ale întâlnirii.

d) Se poate conta pe mine când e nevoie de o contribuție originală.

e) Sunt întotdeauna gata să sprijin o sugestie bună când este în interesul comun.

f) Sunt foarte interesat să aflu care sunt ultimele noutăți în privința noilor idei și desfășurarea lor.

g) Cred că cei din jur apreciază capacitatea mea de a hotărî la rece.

h) Se poate conta pe mine pentru ca toată munca esențială să fie organizată cum trebuie.

4. Abordarea mea caracteristică față de grup constă în faptul că:

a) Am un fel liniștit în a-mi manifesta interesul de a-mi cunoaște colegii mai bine.

b) Nu mă opun schimbării opiniei celorlalți sau să am un punct de vedere singular.

c) De obicei pot găsi argumentele necesare pentru a combate o propunere lipsită de sens.

d) Cred că am talentul de a face lucrurile să meargă odată ce un plan trebuie pus în aplicare.

e) Am tendința de a evita evidentul și de a scoate la iveală neașteptatul.

f) Aduc o notă de perfecționism în orice muncă de echipă pe care o fac.

g) Sunt gata să mă folosesc de contactele făcute și în afara grupului.

h) Deși sunt interesat de toate punctele de vedere prezentate, nu ezit să mă hotărâsc odată ce trebuie luată o decizie.

5. Obțin satisfacție într-o muncă deoarece:

a) Îmi place să analizez situațiile și să analizez situațiile și să cântăresc toate șansele posibile.

b) Sunt interesat să găsesc soluții practice la problemele ivite.

c) Îmi place să simt că adopt relații de lucru bune.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

- d) Pot avea o influență puternică în luarea deciziilor.
- e) Pot întâlni oameni care au ceva nou de oferit.
- f) Pot să-i fac pe oameni să cadă de acord în urmarea cursului necesar unei acțiuni ce trebuie îndeplinite.
- g) Mă simt în elementul meu când pot acorda unei sarcini întreaga mea atenție.
- h) Îmi place să găsesc un subiect care să-mi stimuleze imaginația.

6. Dacă mi se dă deodată o sarcină dificilă ce trebuie să o rezolv într-o perioadă de timp limitat și cu persoane cu care nu am mai lucrat:

- a) M-aș simți ca și cum aș vrea să mă retrag într-un colț pentru a stabili modul de a depăși impasul înainte de a stabili soluția.
- b) Aș fi gata să lucrez cu persoana care a arătat cea mai pozitivă abordare, indiferent cât de dificilă ar fi persoana.
- c) Aș găsi un mod de a reduce mărimea sarcinii prin a stabili cu ce poate contribui mai bine fiecare membru al echipei.
- d) Dorința mea de a urgenta lucrurile ajută la îndeplinirea sarcinilor la timp.
- e) Cred că mi-aș păstra capacitatea de a gândi obiectiv și la rece.
- f) Mi-aș reprimă neliniștea de a atinge scopul în pofida oricăror presiuni.
- g) Aș fi pregătit să iau o atitudine conducătoare pozitivă dacă aș simți că nu se face nici un progres.
- h) Aș deschide o discuție cu dorința de a stimula noi idei și de a face lucrurile să se miște.

7. În legătură cu problemele la care sunt predispus când lucrez în echipă:

- a) Sunt capabil să-mi manifest nerăbdarea cu cei care obstrucționează progresul.
- b) Cei din jur m-ar putea critica pentru că sunt prea analitic și insuficient de intuitiv.
- c) Dorința mea de a fi sigur că lucrurile s-au făcut bine poate ține din loc treaba.
- d) Am tendința de a mă plictisi repede și mă bazez pe unul sau doi membri ai echipei care să mă scoată din această stare.
- e) Îmi este greu să pornesc dacă scopurile acțiunii nu-mi sunt clare.
- f) Câteodată nu reușesc să explic și să clarific decât cu mare greutate puncte complexe ce se ivesc.
- g) Sunt conștient că trebuie să-i rog pe ceilalți să facă lucrurile pe care eu nu le pot face.
- h) Ezit să-mi prezint punctele de vedere când văd că întâmpin o reală opoziție.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Foaie de raspuns Test Belbin

NUMELE ȘI PRENUMELE :

CNP:

Se completeaza de catre beneficiar

Puneți scorul acordat fiecărui răspuns în căsuțele aferente

Sect.	a	b	c	d	e	f	g	h
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								

Interpretare cod

Se completeaza de expertul consiliere

Punctajele se preiau din tabelul anterior si se introduc unul câte unul în tabelul de mai jos, apoi se calculeaza totalul pe fiecare coloana

Sect	I	C	M	IN	IR	ME	LE	F
1.	g	d	f	c	a	h	b	e
2.	a	b	e	g	c	d	f	h
3.	h	a	c	d	f	g	e	b
4.	d	h	b	e	g	c	a	f
5.	b	f	d	h	e	a	c	g
6.	f	c	g	a	h	e	b	d
7.	e	g	a	f	d	b	h	c
TOTAL								

Concluzii (se completeaza de catre expertul consiliere si mediere)

.....

.....





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMS: 310020

Anexa 16

FISA DE INFORMARE, CONSILIERE PROFESIONALĂ ȘI TUTORAT

I DATE DE IDENTIFICARE

NUMELE ȘI PRENUMELE:	
CNP	

II SERVICII FURNIZATE

Tipul serviciului	Metode	Instrumente utilizate	Data	Nume prenume/ semnatura expert
Analiza de nevoi	☐ Consiliere individuala	Fisa culegere de date		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Planul de măsuri de sprijin		
	☐ Consiliere de grup			
Informare profesionala	☐ Consiliere individuala	Portofoliul profesional		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Fise sintetice PF		
	☐ Consiliere de grup			
Consiliere pentru dezvoltare profesionala	☐ Consiliere individuala	Chestionar autoevaluare aptitudini		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Test Belbin		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Fisa exercitiu dezvoltarea atitudinii și gândirii pozitive		
	☐ Consiliere de grup			
Consiliere vocaționala	☐ Consiliere individuala	Analiza SWOT		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Aplicare Test Holland		
	☐ Consiliere de grup			
Tutorat	☐ Consiliere individuala	Realizare plan de carieră		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Completare CV EUROPASS		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Completare scrisoare de intenție		
	☐ Consiliere de grup			
	☐ Consiliere individuala	Tehnici active de căutare a unui loc de muncă		
	☐ Consiliere de grup			



DCU



Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

III CONCLUZII

.....

.....

.....

.....

.....

IV RECOMANDARI CURSURI DE FORMARE PROFESIONALA STABILITE PRIN PROIECT

Denumire curs	Tip curs	Interes exprimat PFP proiect	Absolvent		Observatii
			Da	Nu	
Comunicare eficientă	inițiere				
Eficiență personală	inițiere				
Competențe digitale	inițiere				
Servant pompier	inițiere				
Competențe lingvistice - engleza	inițiere				
Lucrător commercial	Nivel 2				
Confectioner textile	Nivel 2				
Agent Securitate	Nivel 2				

V Recomandari alte cursuri de formare profesionala compatibile cu rezultatele evaluărilor si/sau interesele beneficiarului

-
-
-
-

VI Alte recomandari

.....

.....

.....





Cofinanțat de
Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 17

PLAN DE CARIERĂ

Numele și prenumele:	
CNP:	

SCOP: dezvoltarea carierei profesionale

Specificatii	Observatii
Post actual :	
Valori (convingerile care iti influenteaza prioritatile)	
Puncte tari	
Puncte slabe	
Interese (ce iti face placere sa faci)	
Nevoi la job (caracteristici ale locului de munca ideal)	
Nevoi financiare (ce anume trebuie să îți ofere un job în ceea ce privește salariul și beneficiile ca să fi mulțumit și să trăiești fără griji	





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMS: 310020

OBIECTIVE DE CARIERA

Pe termen scurt	Obiectiv	Strategii de realizare	Posibile bariere
	Obiectiv 1		
	Obiectiv 2		
	Obiectiv 3		
Pe termen lung	Obiectiv 1		
	Obiectiv 2		
	Obiectiv 3		





Cofinanțat de
Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 18

CURRICULUM VITAE

Expresie latină - **istoricul vieții, cursul vieții.**

Nu există modele tip sau rețete universale valabile pentru elaborarea unui CV. În general, Curriculum vitae are un format standard, care sintetizează informații cu privire la: datele personale, postul vizat, experiența profesională, educație și formare profesională (începând cu ultima formă de învățământ absolvită), informații ce țin de aptitudini native sau dobândite (în afară de cele profesionale).

În **elaborarea CV-ului**, este necesar să se țină cont de câteva elemente importante:

- ✓ O bună *cunoaștere de sine*, punerea în valoare a *rezultatelor personale* obținute, identificarea și evaluarea nivelului *competențelor* existente;
- ✓ evidențierea *aspectelor pozitive* și evitarea accentuării dificultăților;
- ✓ definirea unor *obiective* clare pentru dezvoltarea carierei proprii (pe cât este posibil, în concordanță și cu interesele potențialului angajator);
- ✓ *atitudinea, starea de spirit pozitivă*, încrederea în forțele proprii, realismul, asumarea responsabilităților, voința de a reuși.

Pregătirea unui CV presupune cunoașterea specificului locului de muncă vizat, a intereselor angajatorului pentru a grupa informațiile în funcție de cerințele postului solicitat. De asemenea, vor fi respectate anumite reguli de prezentare, dar CV-ul va fi adaptat la personalitatea și pregătirea persoanei care dorește să se angajeze.

CV-ul poate fi redactat ca un răspuns la anunțurile de mică publicitate sau poate fi o candidatură spontană adresată anumitor firme, întreprinderi, birouri de plasare a forței de muncă, selectate în mod riguros, pe baza unor criterii, precum: domeniul de activitate, mărimea (număr de angajați), situarea geografică, gradul de expansiune (dezvoltarea unor ramuri noi de activitate, lansarea unor produse noi, diversificarea producției).

În general la angajare se solicită CV-ul în format Europass. Acesta poate fi descărcat în format word de pe pagina web www.europa.eu sau varianta mai ușoară, tot pe același site există CV EUROPASS ce poate fi completat on line, salvat în formatul dorit în calculator sau chiar să îl trimiteți pe e-mail.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

SECȚIUNILE IMPORTANTE ALE UNUI CV

CV - ul reprezintă cartea dumneavoastră de vizită de la care angajatorul își face o primă impresie. Cel mai important:

- Un CV nu este doar o hârtie cu informații despre dumneavoastră, este un mijloc prin care vă promovați, vă „vindeți” serviciile;
- Un CV nu e doar o enumerare de ani, slujbe, școli, el trebuie să evidențieze calitățile dvs., aptitudinile și pregătirile dar mai ales realizările în fața unui angajator.

Structura unui CV profesionist include următoarele elemente:

1. **Fotografia** - element facultativ, doar dacă solicită angajatorul. În general poate fi de ajutor în situația în care se asociază numele persoanei cu figura. Un aspect negativ este că uneori acest lucru influențează alegerea făcută de către angajator. În cazul în care doriți să atașați o fotografie aceasta trebuie să fie făcută de un profesionist, sobră și clasică. Trebuie lipită și nu capsată;
2. **Datele personale** - informațiile oferite să fie complete, exacte, corespunzând datelor din actele de identitate și diplomele de absolvire;
3. **Adresa** - indicați locația unde puteți fi contactat. Dacă adresa permanentă este diferită de cea actuală, puteți indica ambele adrese. Nu uitați să treceți și adresa electronică (e-mail);
4. Numărul de telefon, genul, starea civilă, naționalitatea sunt importante și trebuie specificate;
5. **Locul de muncă vizat** - întotdeauna specificați poziția, postul, locul de muncă vizat pentru care doriți să candidați. Dacă aveți mai multe posturi pe care le doriți pregătiți mai multe variante de CV-uri;
6. **Educație și formare** - foarte important și necesită atenție mai ales când trebuie să combinați partea de teorie cu experiența în muncă. Dacă nu este suficientă experiență profesională este recomandat să menționați diplomele de studii obținute care pot consta un avantaj. În cazul în care aveți diplome relevante în mai multe domenii este recomandat să le menționați pe cele care se apropie cel mai mult de locul de muncă vizat. Același lucru se recomandă atunci când aveți certificate de calificare;
7. **Experiența profesională** - este unul din elementele importante ale CV-ului și necesită atenție, în funcție de ceea ce se completează angajatorul decide dacă acceptă sau respinge CV-ul. Informația furnizată trebuie să fie la obiect, să evidențieze





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

cunoștințele dobândite și experiența. Specificați ceea ce ați făcut în postul respectiv, rezultate obținute cât mai atent valorificate;

8. **Competențe personale** - specificarea limbilor străine cunoscute. În general cunoașterea a cel puțin unei limbi străine este un plus însă, acest aspect diferă de la un post la altul în funcție și de cerințele locului de muncă pentru care aplicați. Dacă nu aveți diplome care să ateste nivelul pentru înțelegere, scriere și vorbire, este indicat să se specifice unul din niveluri: A1/2: Utilizator elementar - B1/2: Utilizator independent - C1/2: Utilizator experimentat, fără a exagera pentru că există posibilitatea să fiți testat chiar la interviu;
9. **Competențe de comunicare** - specificați și exemplificați, foarte important;
10. **Competențe manageriale** - specificați și exemplificați, foarte important;
11. **Competențe dobândite la locul de muncă** - specificați și exemplificați, foarte important;
12. **Competențe informatice** - specificarea cunoștințelor în utilizarea calculatorului, de la sisteme de operare, limbaje, programe.

Prezentarea CV-ului (aspecte legate de formă)

- **lizibil:** cu aspect îngrijit (dacă este scris de mână), dactilografiat / tehnoredactat pe hartie albă, de bună calitate, formatul paginii A4;
- **tipărit:** pe o singură față și cu titlurile rubricilor evidențiate (prin subliniere);
- **clar:** prezentare aerisită;
- **scurt:** 2-3 pagini maximum;
- **exact și concis:** va conține informații utile, veridice și vor fi evitate detaliile;
- **logic:** informațiile vor fi date și organizate în mod logic;
- **concret și precis:** se va face referire la rezultatele concrete și identificabile obținute de candidatul pentru un anumit post. Nu se va trimite o fotocopie și se vor evita greșelile gramaticale, ștersăturile etc.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Model Curriculum vitae

[Toate câmpurile CV-ului sunt opționale. Ștergeți câmpurile goale]

INFORMAȚII PERSONALE Scrieți numele și prenumele

📍 Scrieți numele străzii, numărul, orașul, codul poștal, țara

☎ Scrieți numărul de telefon

✉ Scrieți adresa de email

Data nașterii / luna / anul

LOCUL DE MUNCĂ DORIT Scrieți locul de muncă pentru care se candidează / locul de muncă dorit /
(îndepărtați câmpurile irelevante din coloana stângă)

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

[Descrieți separat fiecare loc de muncă. Începeți cu cel mai recent]

Data Scrieți data (de la - până la)

Ocupația sau poziția ocupată Scrieți ocupația sau poziția ocupată

Angajatorul

Scrieți denumirea angajatorului și localitatea (scrieți și adresa completă)

Principalele activități și
responsabilități

Scrieți principalele activități și responsabilități

Tipul sau sectorul de
activitate

Scrieți tipul sau sectorul de activitate





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

[Adăugați câmpuri separate pentru fiecare etapă de formare. Începeți cu cea mai recentă]

Data	Scrieți data (de la - până la)
Calificarea obținută	Scrieți calificarea obținută
Organizație de educație sau formare	Scrieți denumirea organizației de educație sau formare și localitatea
Materii studiate și abilitățile acumulate	Scrieți lista principalelor materii studiate și abilitățile acumulate

[Ștergeți câmpurile necompletate]

Limba(i) maternă(e) Scrieți limba maternă / limbile materne

Alte limbi străine cunoscute

	INTELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
	Ascultare	Citire	Participare la conversație	Discurs oral	
Specificați limba străină	Specificați nivelul	Specificați nivelul	Specificați nivelul	Specificați nivelul	Specificați nivelul
Specificați limba străină	Specificați nivelul	Specificați nivelul	Specificați nivelul	Specificați nivelul	Specificați nivelul

Niveluri: A1/A2: Utilizator elementar

B1/B2: Utilizator independent

C1/C2: Utilizator experimentat

Cadrul european comun de referință pentru limbi străine





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „**Competențe digitale pentru perfecționare**”, Cod SMIS: 310020

Competențe de comunicare	Scrieți competențele de comunicare deținute. Specificați contextul în care au fost acestea dobândite. Exemplu: bune competențe de comunicare dobândite prin experiența proprie de manager de vânzări
Competențe dobândite la locul de muncă	Scrieți competențele dobândite la locul de muncă și care nu au fost menționate anterior. Specificați contextul în care au fost acestea dobândite. Exemplu: o bună cunoaștere a proceselor de control al calității (în prezent fiind responsabil cu auditul calității)
Competențe digitale	Scrieți numele programelor pe care le cunoașteți
Alte competențe	Scrieți alte competențe care nu au fost menționate anterior. Specificați contextul în care au fost acestea dobândite. Exemplu: tâmplărie
Permis de conducere	Scrieți categoria permisului de conducere pe care îl dețineți. De exemplu: B

INFORMATII SUPLIMENTARE

Cursuri Certificări	Scrieți numele cursului de calificare, certificării / numele cursurilor de calificare absolvite cât și numele formatorului / formatorilor de calificare / certificare.
------------------------	--

ANEXE

Adăugați o listă a documentelor anexate CV-ului.
Exemple:

- copii ale actelor personale, diplomelor și certificatelor de calificare
- recomandări de la locul de muncă





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 19

SCRISOARE DE INTENȚIE

Este un instrument de promovare personală în care se argumentează interesul și se justifică candidatura pentru un post/ funcție.

Dacă CV-ul este un instrument necesar pentru a-i stimula interesul celui care vă angajează, scrisoarea de intenție este „ambalajul”.

La angajare, dosarul trebuie să conțină, alături de CV și referințe, (pe o foaie separată), prin care să îi comunicați angajatorului cine sunteți și de ce îi trimiteți CV-ul.

Trebuie să vă decideți cu privire la:

- scopul scrisorii;
- forma de prezentare a informațiilor;
- informațiile propriu-zise.

Structura unei scrisori de intenție:

- numele candidatului pentru post și informații de contact: adresă, număr de telefon, e-mail (dreapta sus);
- numele persoanei care realizează procedura de selecție,
- numele instituției/companiei/firmei, adresa instituției/ companiei/firmei care face selecția/oferta de loc de muncă (scrise pe linii diferite, unele sub altele);
- formula de salut (Stimate/a Domn/ Doamnă);
- în fraza de introducere/primul paragraf se precizează: postul vizat și sursa de la care a fost obținută informația(ex. anunț publicitar);
- în paragraful următor două sau trei fraze în care se descrie pe scurt experiența profesională, domeniile de expertiză, nivelul de competență atins (se axează pe abilitățile și cunoștințele cerute pentru acel post și modul în care candidatul îndeplinește aceste cerințe; se realizează un rezumat al calităților personale, deprinderi, abilitați);
- în paragraful de încheiere: o solicitare politicoasă a unui răspuns privind acordarea unui interviu de angajare;
- semnătura de mână a candidatului și data întocmirii scrisorii de intenție.





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Sugestii pentru redactarea unei scrisori de intenție:

- să nu depășească o pagină;
- redactați paragrafe concise;
- paragrafele vor trebui să se limiteze la 4-5 propoziții, iar acestea trebuie să fie scurte;
- tehnoredactați scrisoarea pe calculator;
- folosiți hârtie de calitate;
- verificați ortografia și punctuația;
- nu trimiteți fotografii, decât dacă este nevoie;
- cereți unui prieten să citească scrisoarea ca să vă dea sugestii sau să vă corecteze greșelile;
- prezentați motivul solicitării și postul sau domeniul pe care le vizați;
- precizați inclusiv cum ați aflat despre acest job;
- explicați ce anume v-a trezit interesul față de respectivul job și respectiva firmă. Dacă aveți experiență în domeniu sau ați făcut cursuri speciale care vă recomandă pentru ocuparea acestui post, subliniați acest lucru. Precizați prin ce anume puteți contribui la eficientizarea/dezvoltarea activității firmei respective;
- faceți o trimitere la CV-ul atașat și încercați să nu repetați informațiile;
- manifestați-vă disponibilitatea pentru un interviu (ori chiar solicitați concret acest lucru) și precizați când sunteți disponibil (zile, între ce ore etc.), includeți numărul de telefon și orele când puteți fi contactat. S-ar putea să fie necesar să mai dați un telefon la firmei pentru stabilirea interviului. Încheiați cu mulțumiri pentru timpul acordat de interviewer și cu aprecierea/considerația dvs. pentru acesta
- punctele esențiale ale scrisorii trebuie să fie la obiect, în linia scopului scrisorii;
- evitați frazele care încep cu „Eu”. Folosirea repetată a sintagmei „Eu”, monotonia frazei, scrisul incoerent, plictisitor, scad nivelul de atingere al obiectivului scrisorii.

Scrisoarea de intenție trebuie să aibă o formă de adresare directă, putând conține unele elemente care nu sunt incluse în biografie: motivele căutării locului de muncă; date asupra salariului actual (dacă aveți deja un serviciu).

Aceasta trebuie adresată unei anumite persoane:

- puteți telefona pentru a afla cui trebuie să o adresați;
- CV-ul, serviciului de resurse umane al firmei sau instituției respective.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Scrisoare de intenție

Informațiile dvs. de contact

Nume

Adresa

Oraș, Cod poștal

Număr de telefon

Adresa de email

Data

Formula de salut

Stimate D-le / D-na. Nume de familie, (nu treceți dacă nu aveți o persoană de contact)

Corpul scrisorii de intenție/conținutul propriu-zis al scrisorii de intenție

Corpul scrisorii de intenție permite angajatorului să știe care este poziția pentru care candidați, de ce angajatorul ar trebui să vă selecteze pentru un interviu, și modul în care puteți fi contactat pentru un interviu (telefonic - care sunt orele la care puteți fi contactat, prin e-mail

Primul paragraf

Primul paragraf al scrisorii dumneavoastră ar trebui să includă informații cu privire la motivul pentru care scrieți. Menționați poziția pentru care candidați și de unde ați aflat despre ea. Includeți numele unei persoane de contact comune, dacă aveți unul, care să poată da referințe despre dvs.

Paragraful/ paragrafele de mijloc

Următoarea secțiune din scrisoarea de intenție ar trebui să descrie ceea ce aveți de oferit angajatorului. Menționați explicit modul în care calificările voastre se potrivesc locului de muncă pentru care aplicați. Amintiți-vă: interpretați CV-ul, nu-l repetați!

Paragraful final

Încheiați scrisoarea de intenție prin a mulțumi angajatorului pentru luarea în considerare a candidaturii dvs. Includeți informații despre modul în care puteți fi contactat pentru un interviu sau o întâlnire sau care intenționați să fie pașii următori.

Încheiere măgulitoare

Cu stimă,

Semnătură





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Model de scrisoare de intenție/prezentare

Maria Popescu

Str. T. Vladimirescu nr. 35, bl. 5, apt. 13

București, cod: 130078

0749 - 24 31 02

mariapopescu@yahoo.com 10.08.2021

Domnului Ion Ionescu Firma.....SCSRL

Str. Foișor nr. 26 București, 35647

Stimate domnule Ionescu,

Personalitatea mea comunicativă și sociabilă, simțul meu artistic și studiile mele recent finalizate sunt argumente solide pentru candidatura mea la o poziție de florar-decorator în cadrul companiei.....

Am absolvit recent cursul de formare profesională de calificare și am obținut un certificat de calificare în ocupația Florar-decorator. Pe durata ultimilor ani am fost vânzător în piața de flori/am muncit în cadrul unei firme de amenajări spații verzi.

Deși abia am absolvit acest curs, nu sunt neștiutor în această meserie cochetând des cu aranjamentele florare și amenajarea spațiului. Locurile de muncă anterioare mi-au asigurat propriile mele surse de venit precum și informații utile despre domeniul în care m-am format. Toate acestea m-au ajutat să-mi completez pregătirea prin cursul de formare profesională.

Consider că am maturitatea, abilitățile și calitățile necesare pentru a începe o carieră în acest domeniu.

Mi-aș dori foarte mult să pot să vă întâlnesc pentru a discuta despre posibilitatea de a ocupa o poziție în cadrul firmei dumneavoastră. În continuarea acestei scrisori vă voi suna pentru a vedea dacă putem stabili o întâlnire.

Vă mulțumesc pentru timpul și atenția dumneavoastră.

Cu stimă,

Maria Popescu





Cofinanțat de Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 20

Fisa informativă

Pentru a avea rezultatele dorite în procesul de cautarea a unui loc de muncă, este foarte important să îți actualizezi constant competențele și să fii la curent cu cerințele angajatorilor. Participarea la programe de formare profesională continuă sau obținerea de calificări /specializări/perfecționări relevante poate avea un rol important în obținerea jobului dorit

I Intrebări care te ajuta in procesul de cautare a unui loc de munca

1. CE FEL DE JOB TE INTERESEAZĂ ?
2. CE COMPETENTE/APTITUDINI/CALIFICARI/SPECIALIZARI TE AJUTA IN GASIREA UNUI JOB?
3. UNDE POȚI GĂSI INFORMAȚII REFERITOARE LA PLASAREA ÎN CÂMPUL MUNCII ? (Internet, ziare etc.)
4. CUM SĂ-ȚI CAUȚI UN LOC DE MUNCA CARE TE INTERESEAZA? (ce metode, mijloace, tehnici de căutare a unui loc de muncă există).
5. CUM SE REDACTEAZĂ UN CV, O SCRISOARE DE INTENTIE ?
6. CUM SĂ TE PREZINȚI LA UN INTERVIU?

II Metode eficiente de cautare loc de munca

METODA 1 CREAREA REȚELEI DE CONTACTE

- lista de contacte
- contactează persoanele din lista de contacte
- explică fiecărei persoane că ai nevoie de un sfat și nu de un loc de muncă
- fă-ți notițe din convorbirile purtate
- nu ceda în caz de nereușită
- fii perseverent

METODA 2 INSCRIE-TE LA AJOFM ca persoana aflată în cautarea unui loc de muncă
Accesează

https://www.anofm.ro/upload2/ANOFM/28529/ANOFM_Guidance_Tool_ROM.pdf

METODA 3 PARTICIPA LA TARGURI DE JOBURI

- targuri de cariere
- bursa locurilor de munca





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

METODA 4 CONTACTEAZA SPECIALISTI IN RECRUTARE

- firmele de recrutare
- agenții private de plasare a forței de muncă;

METODA 5 SUSRSA INTERNET

- platformele de recrutare , (bestjobs, ejobs,etc)
- rețelele de socializare (facebook, instagram, etk)
- mass media online - citirea anunțurilor cu oferte de muncă din afișe prezente în diverse locuri;





Cofinanțat de
Uniunea Europeană



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 21

Fișă exercițiu de dezvoltare a atitudinii și gândirii pozitive

Numele și prenumele:	
CNP:	

Mini-test „Ești o persoană care gândește pozitiv sau negativ?”

- | | | |
|--|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. Am încredere în mine. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 2. Deseori simt îngrijorare, neliniște. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 3. Îmi cunosc și evaluez corect calitățile și defectele proprii. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 4. Am o mulțime de defecte. Nu-mi place de mine. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 5. Îmi stabilesc scopuri pe măsura posibilităților. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 6. Nu-mi stabilesc scopuri înalte, pentru a nu mă dezamăgi când eșuez. . | Da ☐ | Nu ☐ |
| 7. Mă descurc ușor în situații dificile. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 8. Manifest frustrare în situații noi. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 9. Mă bucur de o bună stare fizică și dispoziție bună. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 10. Sunt nefericit. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 11. Greu mă îmbolnăvesc. | Da ☐ | Nu ☐ |
| 12. Situațiile stresante mă irită și mă depășesc. | Da ☐ | Nu ☐ |

total da ☐ total Nu ☐

Prelucrarea rezultatelor:

1. „Da” la întrebările impare = predomină gândirea pozitivă;
2. „Da” la întrebările pare = predomină gândirea negativă.





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Cum determini creierul să gândească pozitiv?

Exerseaza câteva exemple de gândire negativă și cum poate fi ea înlocuită cu o gândire pozitivă:

Negativ: „O să dezamănesc familia dacă mă răzgândesc.”

Transformarea în gândire pozitivă:

Negativ: „Am esuat la interviul la care am participat.”

Transformarea în gândire pozitivă:

Negativ: „Nu am mai participat la un curs de formare, cred că nu o să mă descurc.”

Transformarea în gândire pozitivă:

Negativ: „Nu are rost să caut loc de muncă oricum nu găsesc.”

Transformarea în gândire pozitivă:





**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ES04.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 22

Tabel de prezență

Serviciul furnizat:.....

Nr crt	Nume	Prenume	CNP	Data	Semnătura beneficiar	Semnătura expert



 DCU



**Cofinanțat de
Uniunea Europeană**



Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin „Programul Educație și Ocupare” 2021-2027

Prioritate: P09 „Consolidarea participării populației în procesul de învățare pe tot parcursul vieții pentru facilitarea tranzițiilor și a mobilității”

Obiectiv specific: ESO4.7. „Promovarea învățării pe tot parcursul vieții, în special a oportunităților flexibile de actualizare a competențelor și de recalificare pentru toți, ținând seama de competențele antreprenoriale și digitale, printr-o mai bună anticipare a schimbării și a cerințelor de noi competențe bazate pe nevoile pieței muncii, precum și prin facilitarea tranzițiilor profesionale și promovarea mobilității profesionale (FSE+)”

Titlul proiectului: „Competențe digitale pentru perfecționare”, Cod SMIS: 310020

Anexa 23

CENTRALIZATOR MONITORIZARE SERVICII

N.C.	NUME	PRENUME	CNP	Data intrării în operațiune	Analiza de nevoi		Informare profesională		Consiliere pentru dezvoltare profesională				Consiliere vocațională	Tutorat			
					Fisa culegere de date	Planul de măsură de sprijin	Portofoliul profesion al	Fise sintetice PF	Questionar autoevaluare a atitudinii	Analiza SWOT	Test Belbin	Fisa exercitii dezvoltare a atitudinii și gândirii pozitive		Realizare plan de carieră	Completare CV EUROPASS	Completare scrisoare de intenție	Teinici active de căutare a unui loc de muncă
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	
16																	
17																	
18																	

