

PROGRAM INTEGRATIV DE CREȘTERE A ECHITĂȚII SOCIALE PENTRU ELEVII ȘI STUDENȚII DIN MEDIILE DEFAVORIZATE PRIN MĂSURI DE FACILITARE A ACCESULUI LA STUDII ȘI A INSERȚIEI PE PIAȚA MUNCII

PRO-ECHITATE

CNFIS-FDI-2018-0024

Univeristatea "1 Decembrie 1918" din Alba Iulia

PLAN DE CARIERĂ

1. Planul de carieră este un instrument de pregătire a inserției pe piața muncii dezvoltat în cadrul proiectului PRO-ECHITATE.
2. Planul de carieră trebuie completat și predat organizatorilor la **atelierile de Managementul carierei și Orientare profesională**, proiect PRO-ECHITATE, care se vor desfășura în Sala A9, orele 15-19 în zilele de 19-20 noiembrie 2018.
3. **Se recomandă ca Planurile de carieră să fie completate în timpul atelierelor, când veți discuta despre acest subiect.**
4. Atelierele se desfășoară în data de 19 noiembrie pentru studenții de la Facultățile de Drept și Științe Sociale, Facultatea de Istorie și Filologie și Facultatea de Teologie Ortodoxă și în data de 20 noiembrie pentru studenții de la Facultatea de Științe Economice și Facultatea de Științe Exacte și Inginerești.
5. În timpul atelierelor, Planurile de carieră se depun la organizatori și înseamnă implicit participarea la competiția pentru premiile PRO-ECHITATE. Este necesară de asemenea depunerea unui extras de cont pentru virarea sumei aferente premiului.
6. **SUNT ELIGIBILI PENTRU PREMIERE DOAR STUDENȚII DIN ANII TERMINALI, ABSOLVENȚI DE LICEE DIN LOCALITĂȚILE SUB 10.000 DE LOCUITORI (inclusiv studenții din Republica Moldova).**
7. **Studenții eligibili pot depune la secretariatele facultăților de care aparțin Planurile de carieră completate și semnate, împreună cu un extras de cont, ulterior atelierelor, în perioada 21 noiembrie – 4 decembrie.**
8. Pentru informații suplimentare referitoare la ateliere, planurile de carieră și premii, precum și pentru programări la consultații puteți face solicitari prin e-mail la pro-echitate@uab.ro sau direct la sediul CICOC al UAB, doamnei psiholog Iulia Muntean.
9. Valoarea unui premiu este de 200 de lei și se acordă în luna decembrie 2018, prin transfer bancar, după evaluarea planurilor de carieră. Lista câștigătorilor va fi publicată pe site-ul UAB și pe site-ul proiectului.

Vă rugăm ca la momentul depunerii planului de carieră să aveți asupra dvs. cartea de identitate și un extras de cont!

Nume și prenume student (conform catalog, cu majuscule):

Specializarea (se trece doar o singură specializare de licență):

Anul de studiu:

Liceul absolvit (denumire completă):

E-mail (cu majuscule):

Planul de carieră este criteriu de selecție pentru premii în cadrul proiectului PRO-ECHITATE.

*Pentru a fi eligibil (a fi selectat pentru premii) este necesar să completați **toate spațiile goale din partea dreaptă a tabelului și să răspundeți la toate întrebările.***



A. AUTO-EVALUARE

<i>Ce vă place să faceți? (interese)</i>	1. 2. 3.
<i>Ce știți să faceți? (abilități și competențe)</i>	1. 2. 3.
<i>Ce este important pentru voi? (valorile personale)</i>	1. 2. 3.
<i>Care sunt principalele 3 calități pentru care vă laudă oamenii?</i>	1. 2. 3.
<i>Identificați-vă 3 puncte slabe (aspecte negative interioare, controlabile) pe care vreți să le depășiți pentru a avea succes în carieră.</i>	1. 2. 3.
<i>Identificați-vă 3 abilități de bază pe care le aveți (puncte tari, controlabile) care credeți că o să vă ajute să aveți succes în carieră.</i>	1. 2. 3.



B. STRATEGIE CARIERĂ

Definiți-vă obiectivele de carieră (se referă la nivelul pe care doriți să îl atingeți în carieră în momentul acesta).	1. 2. 3.
Identificați-vă 3 competențe profesionale cheie pe care le veți avea la absolvirea specializării – ca principale atuuri în carieră.	1. 2. 3.
Numiți 3 obstacole pe care le vedeți în planul de carieră (condiții externe negative, necontrolabile, dar al căror efect îl putem prevedea/evita).	1. 2. 3.
Venitul vizat la angajare:	

C. VIZIUNEA ASUPRA CARIEREI

Definiți 3 posturi/funcții cheie (în profesie) pe care le urmăriți în carieră.	1. 2. 3.
Formulați 3 idei despre profesie pe care le veți susține la interviul de angajare.	1. 2. 3.



D. SCRISOAREA DE INTENȚIE

<p>Realizați o scrisoare de intenție pentru cel mai important post pe care îl urmăriți în carieră.</p>	
<p><i>CERINȚE:</i> Solicitarea să se refere efectiv la postul pe care îl doriți. Explicați în cuvinte puține și ferme de ce doriți postul respectiv, care ar fi principalele calități pe care le aveți și pentru care meritați postul, ce doriți să realizați în cadrul firmei/organizației. Menționați ce anume din activitatea, prestigiul firmei/organizației, v-a determinat să solicitați acest post. Manifestați-vă încrederea că angajarea Dvs. va fi de bun augur pentru ambele părți.</p>	

Data completării:

Semnătură: