

Come compilare il CV

Principi base per la redazione del CV:

- Il CV deve essere preferibilmente di 2 pagine, massimo 3
- Il nome e le informazioni di contatto devono essere presenti su ogni pagina in alto
- I periodi di tempo devono essere separati nella colonna di sinistra
- Iniziate con le attività di studio o lavoro più recenti proseguendo con quelle meno recenti. È sufficiente indicare il mese e l'anno di inizio e fine di un'occupazione (ad esempio: gennaio 2016). Indicate **tutti i titoli di studio** in vostro possesso.

Alcuni suggerimenti:

Se non avete alcuna esperienza lavorativa può essere utile inserire i **periodi di tirocinio** con preferenza a quelli collegati al vostro studio o al settore per cui vi state candidando

Se avete degli **hobby**, dovete indicare quelli che possono avere una relazione con il lavoro per cui vi state candidando. Leggete attentamente anche l'allegato A. Se nei vostri interessi c'è la pratica di più **sport**, indicatene massimo tre.

Il **curriculum vitae e la domanda sono i vostri biglietti di presentazione** al datore di lavoro (saranno i primi documenti che leggeranno su di voi) e devono pertanto essere scritti con molta cura. **Tutte le informazioni devono corrispondere al vero**

Per favore, assicuratevi di prestare attenzione a questi aspetti quando scrivete il CV.

Un CV deve essere:

- ben strutturato
- ben organizzato
- senza errori

Un CV deve:

- presentare una scelta appropriata delle parole
- avere alla fine **il luogo, la data e la firma**

Assicuratevi che la **foto sul CV** dia al datore di lavoro una buona impressione. È stato dimostrato infatti che i curriculum con foto appropriate hanno più chance rispetto a quelli senza foto. L'ideale è che sia una foto scattata da un professionista. In ogni caso prestate attenzione ai seguenti aspetti:

- In genere i datori di lavoro tedeschi si aspettano un'immagine professionale (per le donne: camicetta e, se si vuole, un foulard; per gli uomini camicia, giacca e cravatta)
- La foto deve avere in primo piano il vostro viso, compreso il collo e parte delle spalle, come nella fototessera della patente o carta d'identità
- Posizionatevi con la schiena eretta e il viso leggermente di profilo ma comunque con lo sguardo rivolto alla telecamera e abbozzate un leggero sorriso
- Si al trucco per le donne ma un trucco soft, che metta in risalto viso e occhi (no glitter e brillantini) senza esagerare troppo con gli accessori; per gli uomini, barba curata
- Assolutamente vietate le foto a corpo intero e quelle troppo ravvicinate
- Sia le foto a colori che quelle in bianco/nero sono possibili
- Il formato deve essere 4,5 x 6,5 cm
- Evitate ogni riflesso o riflesso su pelle oleosa
- Assicuratevi il contrasto tra il viso e lo sfondo; lo sfondo deve essere rigorosamente neutro

Esempio di CV

Curriculum Vitae

Informazioni personali

Dati
personali:
nome,
indirizzo,
genere,
nazionalità
foto,
recapiti

Nome e cognome: Antonio Ratatouille
Indirizzo: Via Collatina, 630 – 01100 Roma
Genere: Maschile
Nazionalità: Italiana
Data di nascita: 24/07/1970
Luogo di nascita: Latina
Recapiti telefonici: Telefono abitazione: 06-724099
Telefono cellulare: 340-2002002
Indirizzo di posta elettronica: a.ratatouille@gmail.com
Skype: ratatouille

Inserite qui la
foto
Dimensioni:
4,4 X 6,5cm

Esperienza lavorativa

I sezione:
le diverse
occupazioni e/o
tirocini

Da maggio 2017 a
oggi

Commis de rang % il ristorante dell'hotel ____

Mansioni svolte:

Preparazione sala e tavoli di servizio
Accoglienza alla clientela
Servizio in sala pranzo e cena
Sbarazzo e riordino tavoli
Preparazione tavoli presidenziali in occasione di ricevimenti ed
eventi
Pulizia e riordino sala

Giugno 2007 –
dicembre 2015

Steward presso il ristorante ____

Mansioni svolte:

Coordinamento prenotazioni con il Maitre de salle
Gestione prenotazioni telefoniche e online
Accoglienza clienti e assegnazione tavoli
Gestione guardaroba
Supporto alla divisione ricevimenti durante cene aziendali o cerimonie

Le informazioni
di contatto su
ogni pagina

Antonio Ratatouille Via Collatina, 630 – 01100 Roma Tel. 340 2002002 Email: a.ratatouille@gmail.com

Istruzione e formazione

Il sezione:
educazione e
formazione

- Gennaio 2000 –
Marzo 2005 Diploma di presso l'Istituto alberghiero ____

Con qualifica di operatore dei servizi di
ristorazione - Settore Sala e bar
Voto finale: __/100
- Ottobre 2005 –
Aprile 2006 [dal mm/aaaa] - [al mm/aaaa]
Tirocinio formativo di sei mesi presso il ristorante _____
- Settembre 1989 –
giugno 1996 Diploma di maturità scientifica conseguito presso il Liceo Scientifico
Giuseppe Luigi Lagrange, Reggio Calabria

III sezione:
lingue e
livello

Conoscenza delle lingue

- Italiano:** madrelingua
Inglese: livello intermedio (B1) sia nel parlare che nell'ascoltare; livello base
(A2) nello scrivere

Conoscenze informatiche

IV sezione:
competenze
informatiche

- Applicazioni
Office:** Ottima competenza nell'uso e gestione di sistemi operativi Apple
MacOs X e Windows e degli applicativi Windows Office (Word,
Excel, Power Point) & Apple Office (Pages, Numbers, Keynote)
- Applicazioni
specifiche:** Buone conoscenze dei sistemi di pagamento elettronici: utilizzo
POS, tessere buoni pasto elettronici. Competenze nell'uso di
software gestionali di sala, per carico/scarico tavoli e prenotazioni.

Altre Informazioni personali

V sezione:
Altre
informazioni

- In possesso di certificazione HACCP in corso di validità
Disponibilità a lavorare su turni, nei weekend e festivi
Ottimo standing e capacità di relazionarsi con una clientela di alto profilo
Forte spirito di squadra ed attitudine al lavoro di team
Massima serietà e affidabilità
Patente B - Automunito

Dichiaro che le informazioni fornite corrispondono al vero e autorizzo il trattamento dei dati personali contenuti nel mio curriculum vitae in base al D. Lgs. 196/2003 e all'art. 13 GDPR 679/16 (Regolamento UE 2016/679)

Luogo, data e
firma

Roma, 22 ottobre 2018

Firma.....