

## 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 Bianchi  
**Indirizzo:** Via Collatina, 630 – 01100 Roma  
**Genere:** Maschile  
**Nazionalità:** Italiana  
**Data di nascita:** 24/03/1982  
**Luogo di nascita:** Latina  
**Recapiti telefonici:** Telefono abitazione: 06-724099  
Telefono cellulare: 340-2002002  
**Indirizzo di posta elettronica:** [a.bianchi@gmail.com](mailto:a.bianchi@gmail.com)  
**Skype:** antoniobianchi

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

### Esperienza lavorativa

---

I sezione:  
le diverse  
occupazioni e/o  
tirocini

Ottobre 2016 a oggi  
Policlinico Umberto I  
v. del Policlinico,155 IT-00161 Roma (Italia)  
Infermiere presso il reparto di ortopedia:  
Monitoraggio dello stato neurovascolare come richiesto dai medici  
Assistenza pazienti con artrite e osteoporosi  
Educazione sanitaria e follow-up dei pazienti  
Erogazione dei trattamenti per fratture e distorsioni  
Riposizionamento pazienti e somministrazione farmaci per il dolore  
Monitoraggio quotidiano delle condizioni del paziente

Gennaio 2012  
Settembre 2016  
Ospedale Santa Maria Goretti - Latina  
Infermiere presso l'Unità Operativa Complessa (U.O.C.) di Oncologia:  
Somministrazione terapie, anche oncologiche, e assistenza ai pazienti nelle ore successive  
Assistenza specialistica ai malati oncologici secondo le procedure standard  
Aggiornamento e gestione delle cartelle cliniche in accordo con i medici del reparto

Aprile 2005  
Dicembre 2011  
Infermiere libero professionista per la cooperativa XYZ  
Assistenza domiciliare: Medicazione di ulcere torbide e piaghe da decubito; Assistenza e sorveglianza a pazienti con ulcere cutanee croniche; Bendaggio e fasciature semplici e complesse; Bronco-aspirazione; Aerosol; Assistenza di pazienti con ventilatore; Prelievi ematici e di urine a domicilio; Somministrazione di medicinali a domicilio; Iniezioni intramuscolari, sottocutanee, endovenose, flebo; Alimentazione con PEG; Medicazioni di ferite semplici e complesse; Posizionamento e rimozione di cateteri vescicali; Gestione di stomie; Monitoraggio pressione arteriosa e glicemia; Misurazione completa dei parametri vitali.

Le informazioni  
di contatto su  
ogni pagina

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

## Istruzione e formazione

II sezione: educazione e formazione	Gennaio 2014 – Marzo 2015	Master di I livello in Assistenza Infermieristica in Ortopedia e Traumatologia Istituto Ortopedico Rizzoli-Bologna Scienze dell'Apparato Locomotore I; Scienze dell'Apparato Locomotore II; Metodologia della Ricerca Infermieristica; Scienze infermieristiche applicate all'ortopedia e alla traumatologia; Principi di Assistenza Infermieristica in Fisioterapia e Riabilitazione; La riabilitazione nel paziente ortopedico complesso; Sala gessi: immobilizzazioni e bendaggi; L'infermiere specialista di sala operatoria e di reparto in ambito ortopedico e traumatologico; L'infermiere strumentista in ambito ortopedico e traumatologico. 220 ore di didattica frontale e 300 ore di attività di tirocinio presso le unità operative dell'Istituto Ortopedico Rizzoli
	Ottobre 2001 – Marzo 2005	[dal mm/aaaa] - [al mm/aaaa] Tirocinio formativo di ... ore presso l'unità operativa di... [dal mm/aaaa] - [al mm/aaaa] Tirocinio formativo di ... ore presso l'unità operativa di...
	Ottobre 2001 – Marzo 2005	Laurea triennale in Infermieristica con votazione ..... Università degli studi La Sapienza, Roma (Italia)
	Settembre 1996 – giugno 2001	Diploma di maturità scientifica conseguito presso il Liceo Scientifico Giuseppe Luigi Lagrange, Latina

III sezione:  
lingue e  
livello

## Conoscenza delle lingue

<b>Italiano:</b>	madrelingua
<b>Inglese:</b>	livello intermedio (B1) sia nel parlare che nell'ascoltare; livello base (A2) nello scrivere

## Conoscenze informatiche

IV sezione:  
competenze  
informatiche

<b>Applicazioni Office:</b>	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)
<b>Applicazioni specifiche:</b>	Ottima capacità di effettuare ricerche nelle principali banche dati biomediche (PubMed - Medline e CINAHL).

## Altre Informazioni

V sezione:  
Altre  
informazioni

Iscritto a FNOPI - Federazione nazionale degli Ordini delle Professioni Infermieristiche  
Familiarità con la terapia continua, il movimento passivo e l'uso di apparecchi ortopedici  
Forte conoscenza delle lesioni scheletriche e deformità  
Capacità di fornire istruzioni per la cura del gesso  
Capacità di comunicazione verbale e scritta  
Ottime capacità relazionali con pazienti, familiari e medici del reparto  
Eccellenti capacità di affrontare situazioni difficili, mantenendo la propria integrità emotiva e gestendo efficacemente lo stress  
Pratico yoga da oltre 10 anni  
Patente B  
Disponibile a lavorare nei giorni festivi

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.....