

Toolbox



Projecta el teu futur

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

[©] **D'EP**
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia



1.
tanca els
ulls

Deixa't anar, pensa sense posar límits, busca entre els teus desitjos: **què t'agradaria fer, què voldries ser?**
Escriu les tres alternatives que més t'agradarien.
Els tres objectius que voldries aconseguir.

2.

Creus que hi ha algun condicionant que pugui canviar aquest desig?

El sol fet de detectar-los, farà possible neutralitzar-los o eliminar-los. Rumia en els **condicionants acadèmics, econòmics, familiars, personals i socials**. Fes-ne una llista

3.

Coneix-te!

Reconèixer **com ets i què pots oferir** en una feina, t'ajudarà a fer una tria més segura: troba i escriu les **teves habilitats**; els trets del **teu caràcter** que més et defineixen; les **teves principals preferències o interessos**; i allò més important per a tu en una feina.

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu


ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia

10 consells per triar el TEU FUTUR!!



Fes-ho amb aquelles persones que et coneixen i trobaran aspectes diferents o semblants dels que tu t'has identificat: **algun amic o amiga de confiança, el tutor o tutora del centre, algun membre de la família. Ells completaran la teva foto.**

Comparteix aquesta fotografia

4.

Què necessites millorar o què et fa falta per aconseguir el teu objectiu professional

Explora els itineraris formatius

6.

Apunta-ho i caldrà trobar com fer-ho. **La formació és l'eina imprescindible per aconseguir els teus objectius professionals.**

Si ho fas des del teu punt de partida, veuràs **com aconseguir allò que necessites millorar.**

Hi ha recorreguts més llargs o més curts, altres més o menys directes... Apunta't els requisits d'accés, la durada, el contingut, les pràctiques, les sortides, els centres, a localització, la titulació que et dona, etc.

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia



7.

Hi ha molt més. **Descobreix els diferents sectors**, el que busquen, el que no troben, el que els hi sobra, i el que voldran. Així tindràs més clar el que tu li pots oferir i com oferir-li. **Recull la teva experiència i explica el teu recorregut fins avui (CV)**

El món del treball que coneixes no ho és tot

8.

Utilitza els recursos al teu abast!

Recursos per aconseguir **informació actualitzada i fiable**, recursos per acompanyar-te en el **procés de construcció del teu projecte de vida i professional**.

9.

L'actitud és important per aconseguir els teus objectius

El recorregut que fa cada persona és diferent, i la motxilla que porta també. Per això, **posar en valor les dificultats superades i els èxits aconseguits** són testimoni de l'autoestima i la resiliència necessàries per assolir els objectius.

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia

10.
Segueix!

Formant-te
al llarg i ample de la vida
per aconseguir triar en cada
transició i canvi que decideixis.

I RECORDA!!!!



Aprofita totes les activitats i recursos que t'ofereix **Futúria**



Utilitza totes les **fitxes** que trobaràs a continuació per
afrontar el teu procés de presa de decisió



Demana cita al **CIJ Santa Eulària** si encara tens dubtes
que no has pogut resoldre.

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

El procés de presa de decisió



Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia

Els condicionants de la tria

FAMILIARS

- Les professions de la família (simpatia o antipatia).
- Les expectatives de la família
- (possibles pressions).

PSICOLÒGICS I PERSONALS

- L'edat.
- El gènere.
- Les capacitats físiques.
- La personalitat.
- Les aspiracions.
- La maduresa.

SOCIALS

- La moda i els estereotips.
- L'opinió de les amistats.
- Les professions.
- Els estudis de l'entorn proper.

ECONÒMICS

- La situació econòmica familiar i/o personal.
- El lloc i el tipus de centre escollit.
- La durada del estudis i el preu.
- La perspectiva de la professió: situació, remuneració, atur...

EDUCATIUS

- El rendiment acadèmic, els hàbits assolits.
- Les opinions del/a tutor/a, professorat, orientadors/es, etc.
- Les condicions i el sistema d'accés (selectivitat, proves específiques...).

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia



PERSONALITAT

Com soc? Què em defineix en relació amb el meu caràcter?

Ex: Alegre, sociable, tolerant...

HABILITATS/COMPETÈNCIES

Què ser fer bé? En què destaco?

Ex: Treball manual, dibuixar, comunicar...

VALORS OCUPACIONALS

Què és important per a mi en una feina?

Ex: Creativitat, assumir responsabilitats...

INTERESSOS

Què m'agrada fer? Quines són les meves preferències?

Ex: Cinema, viatjar, medi ambient...

INTERESSOS PROFESSIONALS

De què m'imagino treballant? Professions o tasques interessants per a mi

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

PERSONALITAT Com soc?

Adaptable	Curiós/a	Amable	Moderat/da	Racional	Fidel
Afectuós/a	Servicial	Afable	Capficat/da	Realista	Madur/a
Ambiciós/a	Diplomàtic/a	Generós/a	Tolerant	Pensatiu/va	Delicat/da
Assertiu/a	Discret/a	Imaginatiu/iva	Confiat/da	Tranquil/l-la	Enèrgic/a
Obert/a	Impacient	Independent	Comprensiu/va	Formal	Entusiasta
Metòdic/a	Sentimental	Individualista	Versàtil	Intel·lectual	Imparcial
Curós/a	Oportunista	Treballador/a	Rondinaire	Sensible	Previsor/a
Alegre	Optimista	Inflexible	Perseverant	Reservat/da	Flexible
Lúcid/a	Extrovertit/da	Reflexiu/va	Segur/a	Responsable	Honest/a
Competitiu/va	Pacient	Seriós/a	Atent/a	Audaç	Graciós/a
Considerat/da	Sincer/a	Decidit/da	Popular	Enginyós/a	Idealista
Cooperatiu/va	Simpàtic/a	Lògic/a	Pràctic/a	Reposat/da	
Coratjós/a	Divertit/da	Compassiu/va	Competent	Sociable	
Creatiu/va	Generós/a	Meticulós/a	Ràpid/a	Estable	

HABILITATS En què destaco?

Càlcul
Raonament numèric
Fluïdesa verbal
Comprensió verbal
Expressió verbal
Capacitat social
Capacitat de lideratge
Capacitat de persuasió

Imaginació espacial
Raonament mecànic
Ràpida i precisió de percepció
Creativitat general
Atenció
Memòria verbal
Raonament abstracte
Habilitats físiques

Memòria visual
Memòria auditiva
Aptitud artística
Aptitud musical
Habilitat manual
Coordinació viso-manual-motora
Capacitat didàctica
Capacitat funcional

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia



VALORS OCUPACIONALS **Què és important per a mi en una feina?**

Disponibilitat de temps lliure
Independència
Assolir prestigi
Ajudar a les persones
Treball guiat o supervisat

Creativitat
Relació social
Assumir responsabilitats
Seguretat en l'ocupació
Sou

Activitat rutinària
Varietat-diversitat
Treball manual
Treball intel·lectual

INTERESSOS PROFESSIONALS

Quines són les meves preferències? De què m'imagino treballant?

Agricultura i pesca
Automoció
Banca i Finances
Benestar i imatge personal
Biotecnologia i biomedicina
Comerç
Comunicació
Construcció
Cultura

Educació
Energia i aigua
Indústria aeroespacial
Indústria agroalimentària
Indústria metal·lomecànica
Indústria química
Indústria tèxtil
Logística
Medi ambient

Salut
Serveis a les empreses
Serveis socials
Smart Cities
Telecomunicacions i TIC
Transport
Turisme i hostaleria

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia



Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

Impulsa-T, l'eina d'orientació que t'ajuda a decidir

A través d'un sol espai, podràs accedir a tota la informació, consells i recursos per prendre una decisió ben fonamentada sobre el teu itinerari acadèmic i / o professional.

- ✓ Accedeix al **sistema educatiu navegable**, des del que podràs consultar tota la informació que necessitis sobre l'oferta formativa, descripció, requisits d'accés, etc.
- ✓ Consulta tota la informació que necessitis sobre l'**autoconeixement** i com fer un bon exercici per identificar la teva personalitat, habilitats, competències, valors ocupacions i interessos.
- ✓ Explora el **món de les professions**, tot tenint en compte els aspectes clau que defineixen els perfils professionals.
- ✓ Accedeix als **enllaços** de les fonts d'informació oficials i de referència per tota aquella informació que necessitis (des de l'oferta formativa, fins a experiències de mobilitat internacional o beques)
- ✓ **I si no saps per on començar, Impulsa't t'ho posa fàcil!! Només has de respondre 3 preguntes i l'eina et suggerirà alguns continguts pels que pots iniciar la teva exploració!**

Recorda!! Disposes d'un accés gratuït a impulsa't fins al **23 d'abril**.

Només cal que accedeixis a impulsat.net

Usuari: **Futuria2025**

Contrassenya: **SeF25a**

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu





		NOM ESTUDIS			
CRITERIS					
Informació sobre els estudis	Requisits d'accés				
	Contingut pla d'estudis				
	Durada Crèdits ECTS				
	Titulació obtinguda				
Conèixer més per decidir	Sortides professionals				
	Perspectives laborals				
	On trobar més informació				



Quan has de fer la preinscripció?

Anota les dates més importants que has de recordar per fer la preinscripció als centres educatius

Batxillerat	Cicle formatiu de grau mitjà	Cicle formatiu de grau superior	Universitat	Altres estudis

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia



	CRITERIS	NOM CENTRE		
Abans d'anar al centre	Nota d'accés/Prova d'accés			
	Especialitzacions/optatives			
	Localització			
	Accessibilitat i comunicacions			
	Titularitat del centre			
	Portes obertes del centre (dia/hora)			
Quan visitis el centre	Instal·lacions (aules estudi, laboratoris..)			
	Avaluació (trimestral, semestral)			
	Pràctiques (on es fan, núm. hores total)			
	Programes d'intercanvi			
	Altres estudis que es poden cursar al centre			
	Cost dels estudis			
	Beques i ajuts			
	Horari classes			
	Borsa de treball del centre			
	Percentatge d'inserció			
	Prestigi o reconeixement			

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia

MÓN PERSONAL

Voldria formar-me en...?

En què m'agrada invertir el meu temps lliure?

RECORDA!

Investiga què t'interessa i en què t'agradaria invertir el teu temps.

OBJECTIU PROFESSIONAL

MÓN LABORAL

Què m'agradaria estudiar per professionalitzar-me?

En què m'agrada invertir el temps a nivell professional?

Investiga els teus interessos professionals i quines experiències laborals t'agradaria viure.

RECORDA!

Totes les experiències laborals et serviran per construir el teu objectiu professional.

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia



Què en saps
Què t'imagines
Què desconeixes



Tasques

Nivell de formació requerit

Competències i característiques personals

Perspectives futures

Valors ocupacionals

Professions relacionades

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

[©] **D'EP**
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia



Projecta el teu futur

AUTOCONEIXEMENT

ETS AQUÍ AVUI!

Personalitat

Habilitats

Interessos

Valors ocupacionals

EXPERIÈNCIES

FORMACIÓ

Què necessites per assolir el teu objectiu?

Amb què comptes a la teva motxilla?

Per què m'agrada?

Quines tasques hauré de fer?

A on podré treballar?

Quines habilitats necessitaré?

Quina formació necessitaré?

Defineix el teu pla d'acció

1. Què haig de millorar a nivell personal?

2. Quines experiències haig d'adquirir?

3. Quina formació haig de realitzar?

Professió, sector, entorn professional...
QUÈ VOLS ARRIBAR A SER?

Patrocina



AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu



Ciudades
Amigas
de la Infancia

Toolbox

 **Futúria**
+Jove SANTA EULÀRIA DES RIU

Projecta el teu futur

Patrocina



**AJUNTAMENT DE
SANTA EULÀRIA DES RIU**

Organitzen



centre d'informació juvenil
santa eulària des riu

D'EP
ORIENTACIÓ



Ciudades
Amigas
de la Infancia