

Píldora de conocimiento...



...para seguir un ITINERARIO de Orientación Laboral

¿Qué Itinerario tengo que seguir?

El **Observatorio Ocupacional de la UMH** tiene como misión aumentar el **Nivel de Empleabilidad** de sus estudiantes y titulados, a través de herramientas como prácticas en empresas, bolsa de trabajo, formación en competencias y habilidades profesionales, información sobre la dinámica del mercado laboral, orientación personalizada o promoción del emprendimiento, etc. Para ello, proponemos **Diferentes Itinerarios**:

★ **ITINERARIO 1** para **Estudiantes de Primer o Segundo Curso de Grado**

★ **ITINERARIO 2** para **Estudiantes de Últimos Cursos de Grado, Máster o Titulados**

ITINERARIO 1

1. ¿Eres estudiante de Primer o Segundo Curso de Grado de la UMH?

- Desde el Observatorio Ocupacional sabemos que para conseguir el puesto de trabajo que queremos, debemos estar bien preparados, y hoy en día no es suficiente con tener un título de grado, otro tipo de competencias serán las que te hagan ser un candidato o candidata destacable para las empresas. Durante el **Primer o Segundo Año** como universitario empieza a trazar una **Meta Profesional**, aprovechando todas las oportunidades que brinda la universidad para mantener una **Participación Activa durante tu Vida de Estudiante**.

2. ¿Por dónde puedo empezar?

- Averigua las **Oportunidades que te brinda la Universidad**: Orientación Laboral, Cursos, Talleres, Congresos, Idiomas, Estancias en el extranjero, Becas, Voluntariados, Delegación de alumnos, Parque científico, Representación Universitaria, Concursos, Emprendimiento, etc.
- El observatorio ocupacional ofrece la posibilidad de que los estudiantes realicen **Prácticas** en empresas, instituciones públicas, etc. Esta actividad se puede hacer a lo largo de todo el año y debe ser **compatible con los estudios** y ofrece la posibilidad de **adquirir Experiencia, ganar Confianza** y conocer mejor las distintas **Salidas Profesionales** de la titulación, etc. Además, las entidades tendrán la oportunidad de conocer tu talento y aumentar tus posibilidades de inserción laboral.
- Toda la información sobre prácticas, formación de empleo y emprendimiento, eventos, jornadas, etc. la puedes encontrar en <http://observatorio.umh.es/>.

3. Mejora tu Formación en Idiomas

- La UMH ofrece cursos de idiomas gratuitos como el **Programa IRIS** para mejorar tu nivel de inglés <https://www.idiomasumh.es/es/iris/formacion-semipresencial-ingles/programa-iris> y el **Programa Llumh** para mejorar el nivel de Valenciano <https://www.idiomasumh.es/es/llumh/formacion-semipresencial-valencia/programa-llumh>.

Píldora de conocimiento...



- Ambos programas son muy interesantes porque se trabaja desde casa con una plataforma online y se dispone de **2 Horas Semanales Presenciales** y en grupo (suelen ser muy muy reducidos) con un profesor para preparar las destrezas de conversación, gramática, etc. Hay dos exámenes por nivel y te prepara para los exámenes oficiales (**Acles, Cambridge, EOI, Junta Qualificadora, CIACOVA, etc.**).

4. Trabaja Habilidades de Comunicación

- Cursos y talleres para **Hablar en Público**, esta habilidad será necesaria tanto para la vida académica como la profesional, ya que todos y todas en algún momento debemos hacer una presentación en público.

5. Asiste a Charlas, Congresos y Seminarios

- Durante toda tu vida universitaria debes asistir a charlas, congresos y seminarios de tu titulación para aumentar la red de contactos y los **Conocimientos Específicos** sobre los temas que te interesen.

6. Participa en las Jornadas de Empleo

- Todos los años se organizan **Jornadas de Empleo para todas las titulaciones UMH**, se trata de una oportunidad excelente para conocer a distintas empresas/organizaciones que explican **qué Tipo de Profesionales contratan** y qué buscan de los titulados UMH, además contamos con la experiencia de titulados UMH de la misma titulación que el estudiantado que nos explican cómo han conseguido el empleo que tienen y dan consejos a los estudiantes de cómo aprovechar al máximo tu paso por la Universidad, puedes encontrar más información en el siguiente enlace <http://observatorio.umh.es/cursos-y-jornadas/jornadas-de-empleo/>.

7. Realiza Cursos de Verano/Invierno

- Durante los meses de verano y de invierno, la Universidad ofrece **Cursos** específicos de **20-30 Horas** de duración con **Precio Especial** para estudiantes UMH, amplía en <https://cultura.umh.es/cursosdhivern/>.

8. Valora la posibilidad de realizar Estancias en el Extranjero

- Te puedes plantear estancias en el extranjero durante la realización de tus estudios como las **Becas Erasmus** o dejar esta opción para la finalización del grado. Permanece atento a la web de **Movilidad** de la Universidad para enterarte de las oportunidades que ofrece <http://internacional.umh.es/>.

9. ¿Tienes una Idea y te gustaría Empezar?

- Participa en el **Certamen Innova Emprende** que organiza el Observatorio Ocupacional. Además el **Parque Científico Empresarial de la UMH** te ofrece la posibilidad de formación en materia de emprendimiento, charlas, conferencias, talleres con ponentes relevantes en la materia que imparten (**Emprendimiento, Modelo de Negocio, Marketing**, etc.) Toda la información disponible está en la página web del Parque Científico: <http://www.parquecientificoumh.es/>.

10. Infórmate en Redes Sociales

- Además, la labor del Observatorio Ocupacional en **Redes Sociales** es muy importante para darse a conocer y para que los **estudiantes** estén **informados** de las actividades que se desarrollan en nuestra zona sobre temas de prácticas, empleo, eventos de empleo, emprendimiento, etc. Para seguirnos busca 'observatorioumh' en **Facebook, Twitter, LinkedIn, Youtube, Flickr, Instagram**, etc.



ITINERARIO 2

1. ¿Eres estudiante Último Curso, Máster o Titulado UMH?

- Como estudiante de **Último Curso, Máster** o ya estén en posesión de un **Título Universitario**, todavía queda mucho camino por recorrer, es importante que llegados a este punto de tu formación académica **te conozcas a ti mismo** como persona para poder dirigir tu **estrategia profesional** hacia una meta concreta, por eso ya debes pensar en la **Inserción Laboral**, por lo que, desde el Observatorio Ocupacional ofrecemos varios talleres y cursos que aumentarán tu **Empleabilidad** de cara a desarrollar tu **Carrera Profesional**.
- Una de las cosas más importantes a tener en cuenta en las últimas etapas académicas es la realización de **prácticas en empresa**, tantas como el estudiante considere necesarias para enfocar tu vida laboral hacia una meta determinada. Para ello, es necesario seguir manteniéndose activo y aprovechar las oportunidades que la UMH sigue ofreciendo para poder generar un **perfil profesional** potente que te haga **destacar ante el resto de candidatos**.

2. ¿Por dónde puedo empezar?

- Puedes aumentar tu empleabilidad asistiendo a nuestros talleres de **Empleabilidad 2.0** donde explicamos cómo realizar un **Buen CV**, una buena **Carta de Presentación** o cómo realizar una **Entrevista de Trabajo** y buscar empresas que nos generen interés mediante la herramienta **SABI**.
- Además también ofrecemos un **Taller de Llamadas**, donde podrás ser capaz de presentarte de manera telefónica para búsqueda de prácticas
- El **Programa Mentoring**, es otro taller importante en el que ofrecemos la oportunidad de que te pongas en contacto con un **Mentor Profesional**, del sector o la empresa que elijas para que te guíe y te ayude a orientar tu carrera profesional.
- Una vez hayas generado un buen CV, el siguiente paso es **generar un buen perfil profesional**, a través de nuestro **Taller de LinkedIn** te enseñamos las pautas para ser más visible y destacar en la red profesional más importante del mundo.

3. Mejora tu Formación en Idiomas

- La UMH ofrece cursos de idiomas gratuitos como el **Programa IRIS** para mejorar tu nivel de inglés y el **Programa Llumh** para mejorar el nivel de valenciano, te puedes informar en <https://www.idiomasumh.es/es>. En ambos programas se trabaja desde casa y se dispone de **2 Horas Semanales Presenciales** y en grupo.
- Es importante siempre seguir con la formación en **Idiomas**, ya que en el mercado laboral se requiere un **Nivel Alto (B2/C1)** sobre todo en inglés, desde el servicio de idiomas de la UMH se ofrecen cursos tanto anuales como de verano para obtener **Certificados Oficiales**, puedes consultar los horarios y las fechas en el siguiente enlace: <https://www.idiomasumh.es/es>.

4. Valora la posibilidad de realizar Estancias en el extranjero

- Puedes plantearte cursar el **Último Año** del Grado o realizar el **TFG/TFM** en una **Universidad Extranjera**, ya sea dentro de Europa con la **Beca Erasmus** o fuera de Europa como por ejemplo con el **Programa Destino** en Latino América. Permanece atento a la página web Internacional de la UMH donde se publican todas las becas y oportunidades que puedan ser de tu interés. <http://internacional.umh.es/>.

Píldora de conocimiento...



- Existen programas de **Prácticas en el Extranjero para Titulados** como el **Programa Hermes** en el que se incluyen las becas **Faro, Argo, Erasmus Prácticas**, etc. Puedes encontrar la información necesaria en el siguiente enlace <http://observatorio.umh.es/estudiantes-bolsa-de-practicas/practicas-en-el-extranjero-programa-hermes/>.

5. Participa en las Jornadas de Empleo

- Todos los años se organizan **Jornadas de Empleo** para todas las **Titulaciones UMH**, es una oportunidad excelente de conocer empresas/organizaciones que explican qué tipo de profesionales contratan y **qué buscan de los titulados UMH**, además contamos con la experiencia de titulados UMH que nos explican cómo han conseguido el empleo que tienen y dan consejos a los estudiantes de **cómo aprovechar al máximo tu paso por la Universidad** <http://observatorio.umh.es/cursos-y-jornadas/jornadas-de-empleo/>.

6. Empieza a crear tu Red de Contactos Profesionales

- El **Networking** es vital a la hora de encontrar trabajo, por lo que es una tarea que nunca termina, siempre debes crear una red de **Contactos Profesionales** donde vayas, ya sea en cursos, seminarios, etc. o a través de los eventos que se realizan en la universidad. En el observatorio ocupacional organizamos eventos como el **Empleoweekend** y el **Emprendeweekend**.
- Estos eventos sirven para **poner en contacto estudiantes y titulados con profesionales** de diferentes sectores, en el que podrás contactar con ellos y averiguar **qué están buscando actualmente** para adaptar tu **perfil profesional** a cada una de las candidaturas. Las fechas se publican en el siguiente enlace <http://observatorio.umh.es/cursos-y-jornadas/>.

7. ¿Tienes una Idea y te gustaría Empezar?

- Si tienes una idea y no sabes cómo ponerla en práctica, te podemos ayudar mediante los **Programas y Eventos de emprendimiento**, para que seas capaz de materializar y lanzar tu propia idea, nosotros te enseñamos cómo hacerlo mediante el **Programa de Emprendedores Universitarios (PEU)**

8. Mejora tus Competencias y Habilidades Profesionales

- Si quieres mejorar tus competencias profesionales, según sea tu nivel de experiencia ofrecemos dos cursos anuales. Por un lado ofrecemos el **Título de Experto en Competencias Profesionales, Empleabilidad y Emprendimiento**, es un programa de formación semipresencial que ofrece la oportunidad de aprender habilidades y capacidades útiles para la actividad profesional, la búsqueda de empleo y el emprendimiento, tienes toda la información en <http://mifuturo.umh.es/competencias/>.
- También ofrecemos el **Título de Experto Universitario en Habilidades de Dirección de Equipos** que te permitirá potenciar tu liderazgo, crear equipos eficientes y aumentar la productividad de empresas y organizaciones, consulta toda la información sobre el curso en <http://mifuturo.umh.es/equipos/>.

9. Infórmate en Redes Sociales

- Además, la labor del Observatorio Ocupacional en **Redes Sociales** es muy importante para darse a conocer y para que los **estudiantes** estén **informados** de las actividades que se desarrollan en nuestra zona sobre temas de prácticas, empleo, eventos de empleo, emprendimiento, etc. Para seguirnos debes buscar '**observatoriumh**' en **Facebook, Twitter, LinkedIn, Youtube, Flickr, Instagram**, etc.