

Sveiki,

šiam laiške rasite informaciją kaip pildyti CV.

Skaitydami šiuos patarimus ir reikalavimus įsivaizduokite, jog pristatote save žmonėms, kurie jūsų nepažįsta. Tikslas yra per kuo trumpesnę ir tikslesnę informaciją sukurti įspūdį apie save. Nebijokite įvardinti išmoktus profesinius įgūdžius, bei tai ką teko pažinti tik teoriškai. Nėra nieko blogo, jei tai tik programos mokymosi dalis. Svarbu paminėti tai su kuo susidūrėte mokydami profesijos ir kokiam lygyje patyrėte jos praktinę dalį.

Be profesinių įgūdžių, svarbūs yra ir kasdieniai, darbo aplinkoje naudojami įgūdžiai.

Įgūdžių pvz.:

- **Problemų sprendimo įgūdžiai**
- **Gebėjimas pastebėti detales**
- **Vadovavimo įgūdžiai**
- **Laiko planavimo įgūdžiai**
- **Geris kalbėjimo ar rašymo įgūdžiai**
- **Lankstumas**
- **Komunikabilumas**
- **Gebėjimas mąstyti analitiškai**
- **Savarankiškumas**
- **Taktiškumas**
- **Kūrybiškumas**
- **Komunikabilumas**
- **Streso valdymas**
- **Puikus orientavimasis aplinkoje**
- **Greitas mokymasis**
- **Žingeidumas ir iniciatyvumas ir t.t.**

Taip pat, reikia atkreipti dėmesį į tai ką veikiate už mokyklos ribų, kuo domitės papildomai, kas jus skatina judėti į priekį. Tai gali būti papildomi užsiėmimai, veiklos, knygos kurias skaitote, blogai kuriuos naršote, informacija kuri gali padėti geriau jus pažinti būsimam praktikos vadovui ir susidaryti įspūdį apie jūsų asmenybę. **Jeį neturite daug darbo patirties, tai nėra trūkumas. Būtent tam yra skirtos praktikos ir mobilumo projektai.**

**Svarbu, jog CV būtų pildomi anglų kalba.** Jei ji šiame etape nėra jūsų stiprybė, galite drąsiai naudotis vertimo programomis, pavyzdžiui <https://www.deepl.com/translator>.

Taip pat, kalbų skiltyje pažymėkite realų savo kalbos lygį. Tai darykite sąžiningai, tai įtakos jūsų atrinkimui neturės, tačiau mes galėsime tinkamai parinkti praktikos vietą

Toliau sekite išvardintus žingsnius ir jai vadovaudamiesi užpildykite savo CV:

#### Kontaktiniai Duomenys:

- Pilnas vardas
- Adresas
- Telefonas
- El. pašto adresas

#### Nuotrauka:

- Spalvota ir kuo įmanoma profesionalesnis portretas. Turi gerai matytis jūsų veidas. Jei negalite tokios pasidaryti, pagalbos prašykite mokyklos administracijos. (pasų nuotraukos netinka)
- Užtikrinkite gerą apšvietimą ir suderintą aprangą.

#### Formatas ir Stilius:

- Laikykitės tvarkingo, gerai suorganizuoto ir lengvai skaitomo CV.
- Išvardykite savo įgūdžius ir patirtį. Nepamirškite visos savo darbinės patirties, savanorystės, net jeigu jos tiesiogiai nesusijusios su praktikos vieta.
- Naudokite profesionalų šriftą (pvz., Arial arba Calibri) ir paprastą, tvarkingą CV dizainą. Galima naudotis online CV kūrimo priemonėmis (Canva, CV market, europass ir kita).
- CV svarbu išsaugoti ir atsiųsti Word arba PDF formatu.

## WORK EXPERIENCE

Tikslas:

- 1-2 sakiniai, kuriuose paaiškinamas tikslas, pvz., "leškau profesinės praktikos galimybės [Šalis], norėdamas (-a) plėsti savo įgūdžius ir gauti tarptautinės patirties."

Įgūdžiai:

- Konkretūs profesiniai įgūdžiai, kuriuos įgijote, pvz., virinimas, automobilių remontas, kulinariniai įgūdžiai ir kt.
- Nurodykite bet kokius atitinkamus sertifikatus, jei tokius turite

Darbo Patirtis:

- Išvardykite bet kokią ankstesnę darbo patirtį, net jei ji tiesiogiai nesusijusi su profesiniu lauku. Savanorystė, net intensyvus domėjimasis su darbu susijusiomis temomis tinka.
- Įtraukite darbo pavadinimus, įmonių pavadinimus, darbo pradžios ir pabaigos datas bei trumpą pareiškimą apie atsakomybes.

## EDUCATION AND TRAINING

Išsilavinimas:

- Profesinės mokyklos pavadinimas
- Programos/kurso pavadinimas
- Baigimo data (arba kada tikimasi baigti)
- Bet kokia atitinkama mokslų programa
- Apdovanojimai, papildomos veiklos ir pasiekimai

Praktika arba Profesinė Praktika:

- Jei turite profesinės praktikos patirties, susijusios su jūsų sritimi, įtraukite informaciją apie organizaciją, trukmę ir atsakomybes.
- **Jei neturite daug konkrečių įgūdžių galite įvardinti tai kokių įgūdžių siekiate įgyti ir laisva forma papsakoti apie save taip, jog noretūsi su jumis susipažinti, jog būtų galima užduoti bent porą klausimų, bei pradėti pokalbį. Taip pat, pridėkite teksto apie priežastis kodėl jus domina galimybė išvykti į praktiką užsienyje.**

Jei perskaitę visą šią informaciją neradote atsakymų į iškilusius klausimus ir vis tiek nežinote kaip užpildyti CV, kreipkitės į mobilumo koordinatorių, kuris jums padės.

Pagarbiai,  
EPD mobility komanda.