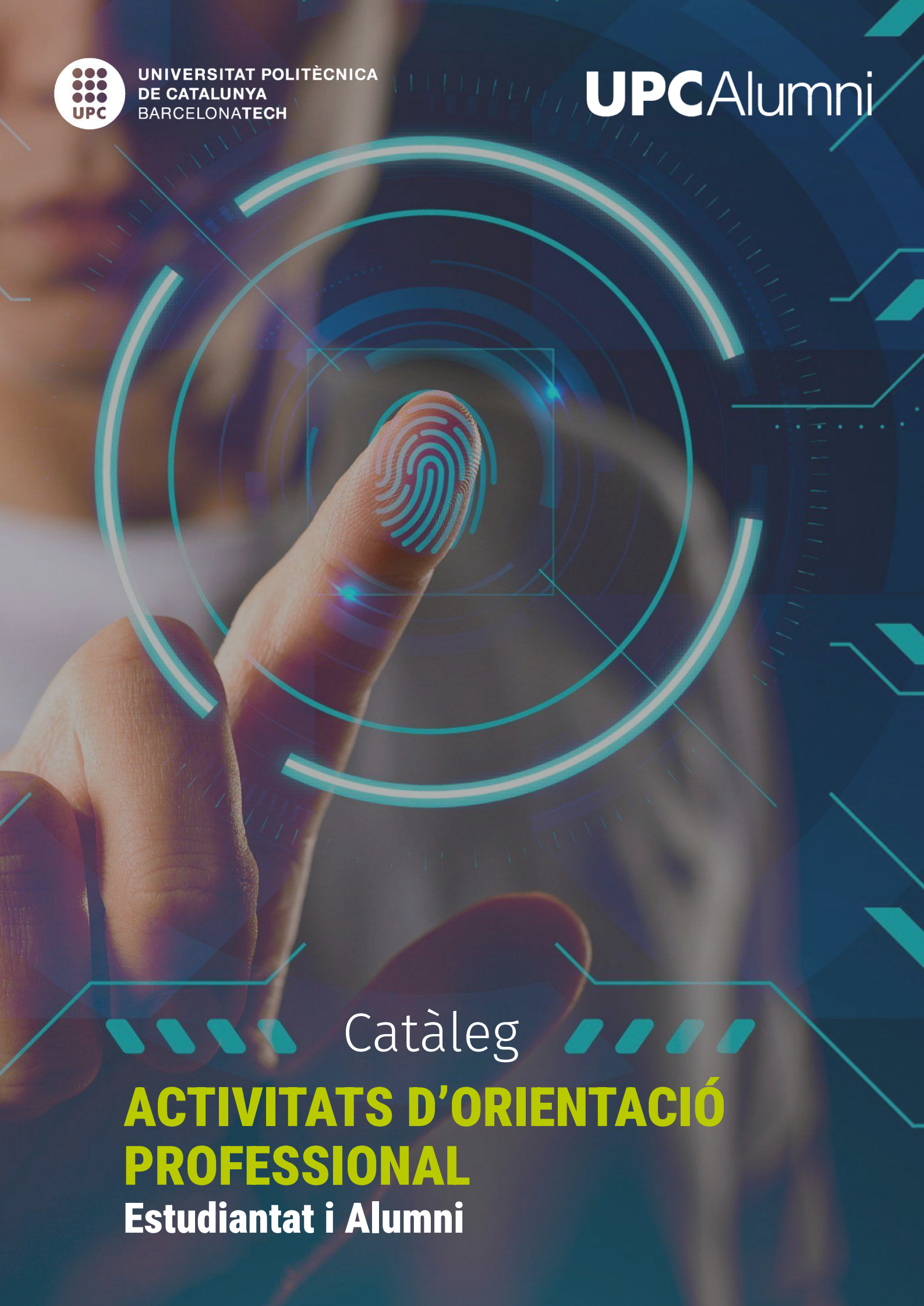




UNIVERSITAT POLITÈCNICA  
DE CATALUNYA  
BARCELONATECH

UPCAlumni



Catàleg

**ACTIVITATS D'ORIENTACIÓ  
PROFESSIONAL**  
Estudiantat i Alumni

# Orientació Professional

UPCAlumni

## Presentació

Prendre decisions sobre el futur professional no és fàcil. Per això, des del Servei de Carreres Professionals ajudem l'estudiantat i els titulats i titulades de la UPC a cercar el camí cap a la inserció laboral, per assolir la millor ocupació!

El catàleg d'activitats d'orientació 2024-2025, que UPC Alumni ofereix a través del Servei de Carreres Professionals, presenta una oferta d'intervencions renovada i actualitzada: tallers de recerca de feina amb l'ús de la IA, la valorització de les competències transversals, taules rodones amb la participació dels alumni, la incorporació de nous manuals d'orientació i una nova línia de pòdcasts.

Amb aquests nous eixos d'acció i la col·laboració de professionals externs al Servei, volem fer-vos arribar nous incentius per gaudir del nostre suport i de la nostra expertesa en la matèria.

Us hi esperem!

Equip Alumni

# Orientació Professional

## EIX 1 - CERQUES FEINA: PREPARA'T!

UPCAlumni

### **Planifica la teva cerca de feina: fes un pas més enllà**

Vols cercar més enllà de les borses de treball que ofereix la UPC? Com pots informar-te i contactar amb les empreses del teu sector? És útil fer autocandidatures? I si vols marxar fora del país per cercar feina?

**Informa-te'n i troba respostes a les teves preguntes.**

### **Posa a punt el teu currículum vitae. Utilitza la IA**

Un bon CV t'ajudarà a presentar davant els reclutadors el teu objectiu professional i la teva trajectòria acadèmica i professional. Però aplicant la IA tindràs suport extra per projectar la teva millor imatge en el CV.

**Mostra el teu atractiu a les empreses i institucions que et poden contractar.**

### **Dinamitza el teu networking amb LinkedIn**

Fes créixer la teva xarxa de contactes professionals i posa-la al servei de la teva carrera i dels teus objectius professionals.

**Construeix un perfil adient a la marca personal que vols projectar, per guanyar visibilitat i projecció professional.**

### **Triomfa en els Fòrums d'empresa de la UPC**

Prepara't per presentar-te a les empreses durant els fòrums que s'organitzen a la UPC.

Aprèn a redactar el teu currículum de forma eficaç i atractiva. La IA et donarà suport per saber com t'has d'adreçar a les empreses i com pots destacar davant de la resta de visitants al Fòrum.

**Millora la teva comunicació verbal i no verbal per connectar millor amb els reclutadors. Prepara una presentació ràpida de la teva candidatura.**

# Orientació Professional

## EIX 2: PROCÉS DE SELECCIÓ: ENTRENA'T!

UPCAlumni

### Supera l'entrevista de treball amb l'ajut de la IA

L'entrevista de treball és la principal eina de selecció d'una empresa. Informa't sobre el contingut de les entrevistes i consulta a través de la IA quines són les preguntes més habituals que una empresa et pot fer, considerant el teu perfil i els teus objectius professionals.

**Finalment, fes amb nosaltres una simulació d'entrevista, seguint les preguntes que et farà la IA.**

### Identifica les teves soft skills. Fes el test de competències

Vols conèixer quin és el teu perfil de competències? Només cal que et donis d'alta de la nova Borsa de Treball de la UPC.

Podràs realitzar el test de competències professionals i baixar el teu perfil per analitzar els resultats.

**Consulta posteriorment les sessions programades per millorar el teu perfil competencial.**

# Orientació Professional

## EIX 3: ET DONEM SUPORT

UPCAlumni

### ESPAI GPS: Sessions exprés d'orientació

Sessions ràpides d'atenció individuals o per a grups reduïts, per resoldre dubtes que no s'han volgut expressar durant les sessions grupals.

- ✓ A la meua escola arriben poques ofertes de pràctiques que m'interessin. Quina estratègia he de seguir?
- ✓ El meu sector és poc conegut. Crec que no trobaré feina...
- ✓ Tinc fet el CV, però m'agradaria que el valorés un professional.
- ✓ No sé on/com cercar feina
- ✓ ....

### Entrevistes individuals d'orientació

Sessions individuals per donar suport a les persones que necessiten un suport especial davant problemàtiques personals com ara:

- ✓ Mancances motivacionals.
- ✓ Inseguretat davant el desconeixement del mercat de treball.
- ✓ Ansietat davant les entrevistes de treball.
- ✓ Dificultat per prendre decisions acadèmiques i/o professionals.
- ✓ Millora de les soft skills.

### Programes de mentoria amb els alumni i les alumni

La mentoria és una relació de desenvolupament personal a través de la qual una persona més experimentada dona suport a una altra persona amb menys experiència o coneixements, en temes lligats a l'empoderament, el creixement i el desenvolupament personal i professional.

Participa en els programes de mentoria que el centres docents obrin amb la participació dels clubs Alumni!

Els programes de mentoria faciliten espais de trobada presencials i en línia entre les parelles de mentoria i les diferents persones participants, a fi de fomentar la interacció entre totes elles amb diferents objectius, com ara:

- ✓ Impulsar l'empoderament de l'estudiantat, per desenvolupar les seves competències professionals.
- ✓ Aprofitar l'experiència dels mentors i mentores, que ja han desenvolupat la seva carrera professional.
- ✓ Fer xarxa entre estudiants, titulats i titulades, investigadors i investigadores, docents, directius i directives i professionals que hi participen.

# Orientació Professional

## EIX 5: L'EXPERIÈNCIA DELS ALUMNI

UPCAlumni

### Taules rodones, conferències i xerrades

La connexió amb els alumni de la UPC permet fer networking i aprendre de la seva expertesa, a través de les taules rodones i altres activitats que s'organitzin als centres docents, presencials o en línia.

Tindrem en compte les vostres propostes, més enllà d'aquestes:

- ✓ Innovació i recerca: la valorització del doctorat.
- ✓ Treball a l'Administració pública: Generalitat, ajuntaments, diputacions, UE, instituts i agències governamentals.
- ✓ Treball internacional: UE, Àsia, Canadà, EUA...
- ✓ Coneix el sector/àmbit de...
- ✓ Temes a petició del centre docent.

### Desenvolupa les teves soft skills

Sessions formatives impartides per persones expertes en el desenvolupament competencial. Van adreçades a l'estudiantat i a persones titulades, per impulsar-ne el creixement personal i professional.

Poden ser activitats en línia, compartides amb altres centres docents, o presencials, exclusives per al vostre centre. Es recomana que estiguin lligades al test competencial incorporat a la Borsa de Treball de la UPC:

- ✓ Comunicació
- ✓ Gestió del temps
- ✓ Iniciativa
- ✓ Lideratge
- ✓ Visió estratègica
- ✓ Adaptació
- ✓ Presa de decisions
- ✓ Altres competències a petició del centre



### Els “ocupadors”

Facilitem l'accés d'empreses i institucions als centres docents, per participar en les activitats de carreres professionals programades des dels centres. Podem coorganitzar amb els col·legis professionals o els agents que es considerin adients en cada cas:

- ✓ Open days en empreses/institucions.
- ✓ NTD - Networking Talent Day (temàtiques específiques).
- ✓ Participació en taules rodones.
- ✓ Accés a la Borsa de Treball de persones titulades.
- ✓ Derivacions als fòrums d'empresa dels centres docents.
- ✓ Derivacions a les borses de pràctiques i convenis de cooperació dels centres.

# Orientació Professional

## EIX 8: COMENCES A TREBALLAR? INFORMA'T!

UPCAlumni

### Orientació laboral per a dummies

Recull d'informacions que qualsevol estudiant/alumni pot necessitar quan comença a treballar.

En format vídeo, manuals en pdf i pòdcasts, es crearà tot un seguit de recursos rellevants per complementar la cerca de feina i aclarir dubtes, quan sigui el moment de signar el primer contracte.

- ✓ La signatura d'un contracte de treball.
- ✓ Els convenis laborals.
- ✓ Com he de llegir la nòmina?
- ✓ Què significa treballar com a autònom?
- ✓ I si vull ser emprenedor?
- ✓ Identitat digital i marca personal.
- ✓ Posiciona't a LinkedIn.
- ✓ El que has de saber dels processos de selecció.
- ✓ ...



UNIVERSITAT POLITÈCNICA  
DE CATALUNYA  
BARCELONATECH

**UPC**Alumni

## Campus Diagonal Nord

Edifici VX (Vèrtex)  
Pl. Eusebi Güell 6  
08034 Barcelona  
93 401 63 12

[carreresprofessionals.alumni@upc.edu](mailto:carreresprofessionals.alumni@upc.edu)  
[borsatreball.alumni@upc.edu](mailto:borsatreball.alumni@upc.edu)

[alumni.upc.edu](http://alumni.upc.edu)