

# Com buscar feina si no domines internet – RF125



# Com buscar feina si no domines internet – RF125

## TEMARI

### Internet i correu electrònic:

- Navegador Google Chrome i navegació.
- Correu electrònic i emmagatzematge de dades al “núvol” (o Drive).

### Inscripció a webs per trobar feina i autocandidatura:

- Webs de feina: alta, emplenar formularis, adjuntar CV i activar alertes d’ofertes.
- Webs d’empreses i ETT: autocandidatura per correu electrònic.

### Ús del mòbil en la recerca de feina:

- Cerca d’ofertes amb el mòbil i presentació de candidatures.
- Redacció d’una carta de presentació adaptada a l’oferta de feina.

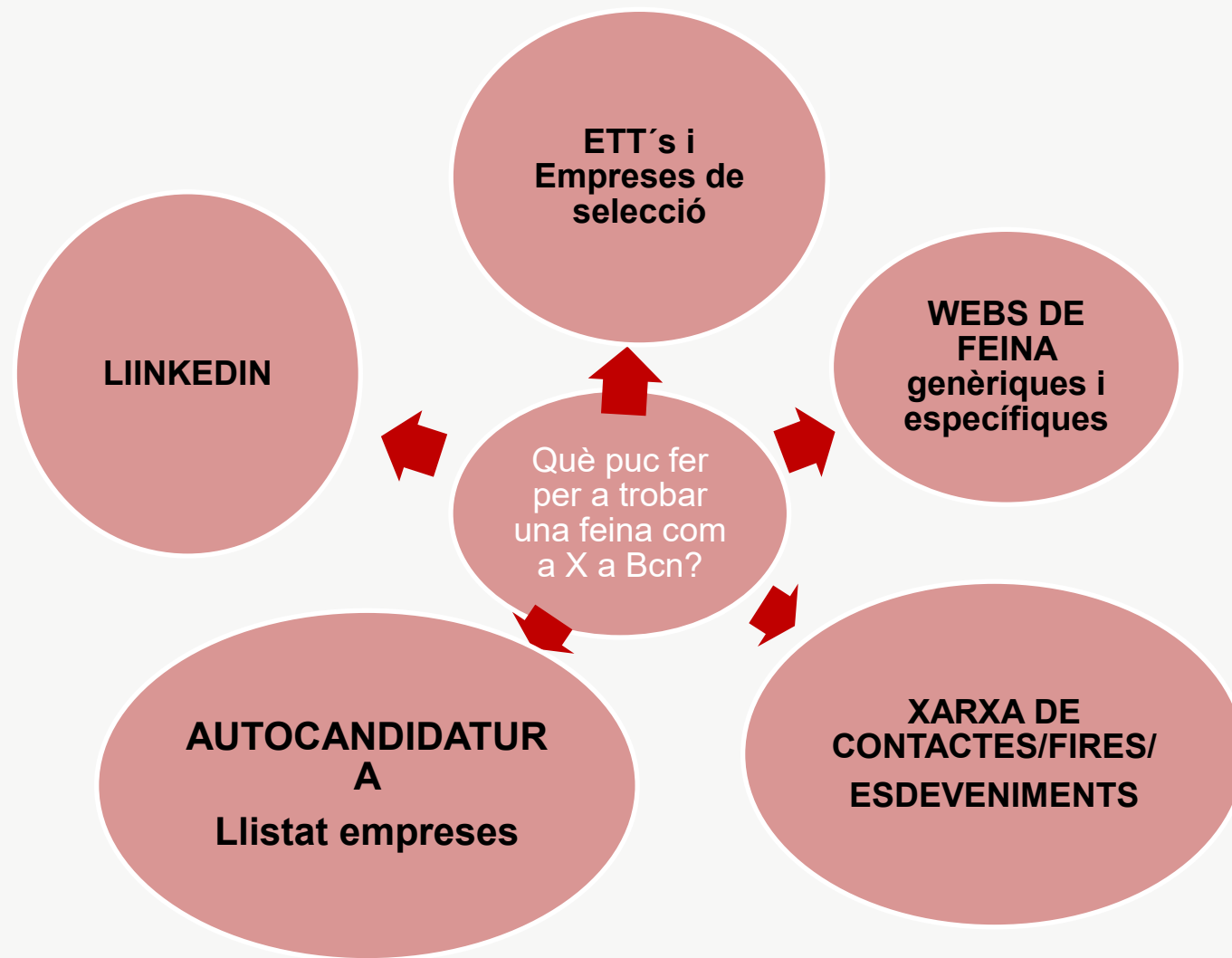
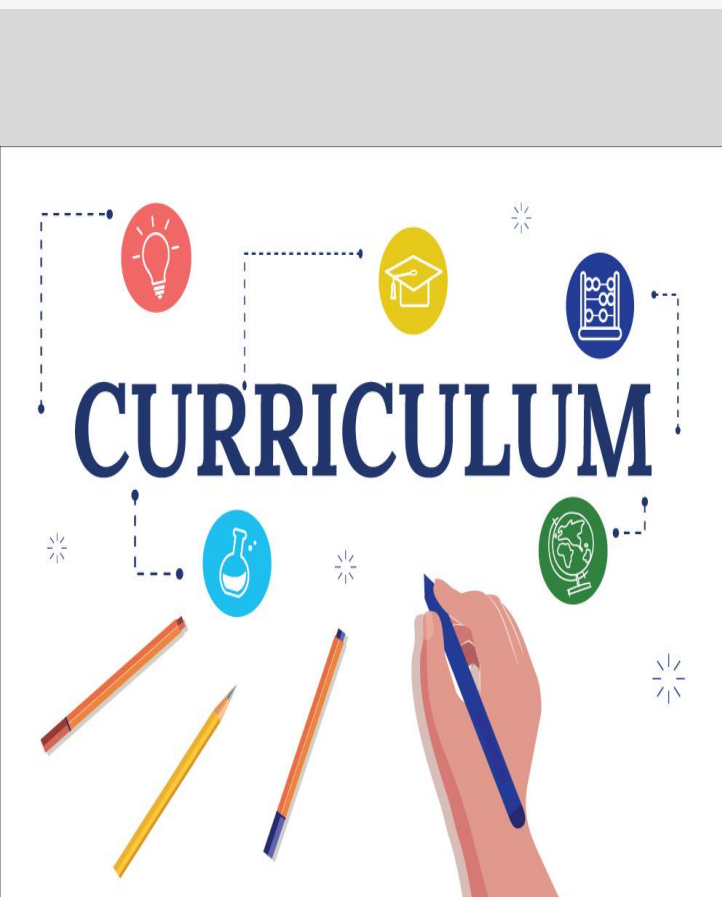
### Entrevista en entorn digital:

- Google Maps per realitzar el desplaçament a l’entrevista amb l’empresa.
- Preparar les entrevistes per videoconferència.

### Gestions administratives en línia:

- Renovació de la demanda d’ocupació del SOC des del mòbil.
- Com demanar cita prèvia al SEPE.

# Canals de recerca de feina

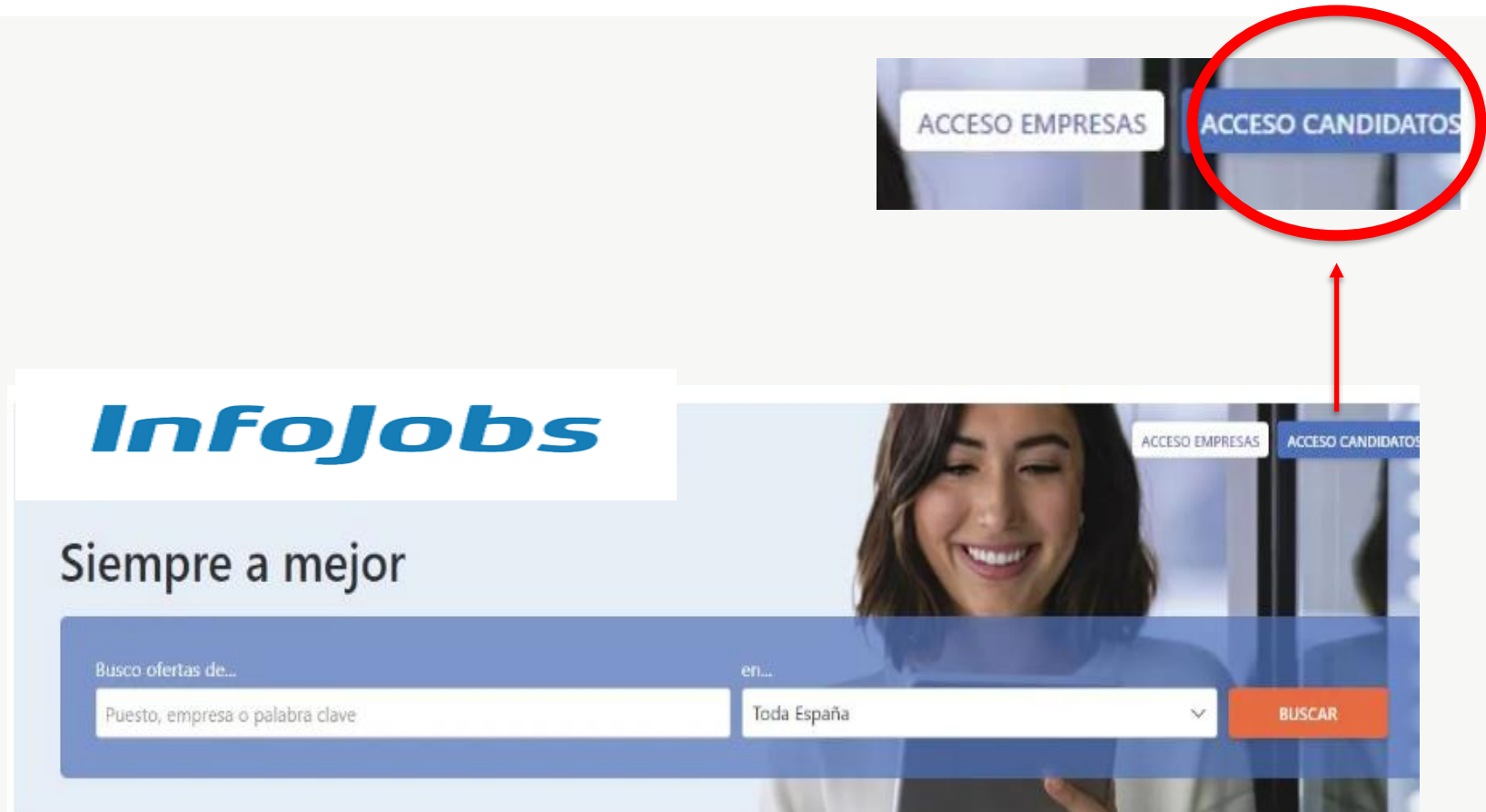


# Demostració d'una cerca per INFOJOBS:

<https://www.infojobs.net/>

Exercici:

- a) Si no estàs donat/da d'alta, registra't!
- b) Si ja estàs d'alta, cerca ofertes segons el perfil professional i la ciutat.



# Autocandidatura:



Exercici:

- a) Cerca a google empreses que seleccionin perfils com el teu a Barcelona: Netejadores, Cuidadores, Conserges...



# Empreses de Treball temporal: Apunta't!



Adecco

# Renovació del DARDO i cita amb el SEPE

SOC

Servei d'Ocupació  
de Catalunya

**Demostració** de com demanar  
cita prèvia al SEPE a través de  
l'ordinador/mòbil.

**gencat** Contacte | CA ▾

Servei Públic d'Ocupació de Catalunya

[Inici](#) | [El SOC](#) | [Persones](#) | [Empreses](#) | [Entitats](#) | [Professionals de l'ocupació](#) | [Actualitat](#) | [Tràmits](#)

[Inici](#) > [Persones](#) > [Estic a l'atur](#) > Renovació de la demanda d'ocupació (DARDO)

## Renovació de la demanda d'ocupació (DARDO)

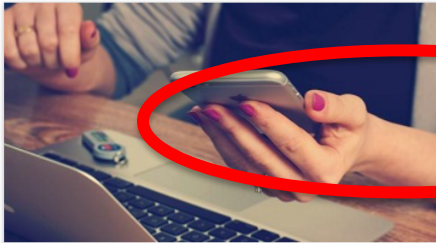
Les persones que vulguin mantenir la seva inscripció han de fer la renovació de la demanda personalment mitjançant algun dels mitjans que el SOC posa a disposició de totes les persones inscrites:

- Per Internet, a través del [web del SOC](#).
- Telefònicament, al 900 800 046.
- Presencialment, a l'Oficina de Treball (es recomana demanar cita prèvia al telèfon 900 800 046 o fer una reserva en línia a través de [Demanar cita](#) ↗).

La renovació cal fer-la en la data que figura al document justificatiu d'inscripció (DARDO): normalment, cada 90 dies mentre es mantingui la situació d'alta de la demanda.

Pots obtenir el DARDO a través del tràmit "Obtenir documents relacionats amb la demanda d'ocupació" de l'apartat [Tràmits per a les persones](#) del web del SOC.

Per a més informació consultar [les preguntes freqüents](#).



**Tràmit: Renovar la demanda d'ocupació** ↗

**Cercador d'Oficines de Treball**

[barcelonactiva.cat](http://barcelonactiva.cat)