

**LIDERA TU FUTURO,  
TRABAJA TU EMPLEABILIDAD**



**C E F O L**

Centro de Formación y Orientación Laboral

**GUÍA PRÁCTICA PARA  
LA BÚSQUEDA DE EMPLEO**

# CEFOL

Centro de Formación y Orientación Laboral

## GUÍA PRÁCTICA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO



Ayuntamiento  
de Salamanca



ISO 9001:2015 CERTIFICADA Acreditada por ENAC/IC

Edita

© CEFOL (Centro de Formación y Orientación Laboral)

Guía realizada por *Jesús García Plazuelo*

Imprime

Gráficas Lope. Salamanca  
[www.graficaslope.com](http://www.graficaslope.com)

## ÍNDICE

1. Presentación . . . . .	4
2. Conseguir un puesto de trabajo . . . . .	5
3. Reflexiona sobre tu punto de partida . . . . .	6
4. La ocupación que quieres desempeñar: tu objetivo profesional . . . . .	8
5. Planifica tu itinerario de inserción profesional diseña tu plan de búsqueda . . . . .	10
6. Búsqueda de información . . . . .	13
7. Vías de acceso al empleo . . . . .	14
8. Vías de acceso al empleo, por cuenta propia: autoempleo. . . . .	32
9. Herramientas de búsqueda de empleo la carta de presentación . . . . .	35
El curriculum vitae . . . . .	37
Pruebas de selección . . . . .	47
Entrevista de trabajo . . . . .	48
10. Incorporación a la empresa . . . . .	52
11. Portales de empleo en internet y aplicaciones para móviles . . . . .	53
12. Redes sociales para búsqueda de empleo . . . . .	47
13. Marca personal y búsqueda de empleo. . . . .	66
14. Herramientas de inteligencia artificial (IA) para la búsqueda de empleo . . . . .	67
15. Bibliografía . . . . .	68
16. Recursos para la búsqueda de empleo . . . . .	69



## 1. PRESENTACIÓN

Te damos la bienvenida a la Guía de Búsqueda de Empleo del Centro de Formación y Orientación Laboral (CEFOL) del Ayuntamiento de Salamanca.

Esta guía pretende servir de orientación, pero también de motivación para la búsqueda activa de empleo. En ella encontrarás consejos sencillos de lo que es recomendable y de lo que convendría evitar, de cómo potenciar tus puntos fuertes y qué estrategia seguir para alcanzar los objetivos que te propongas.



¡Esperamos que te sea de gran ayuda en tu búsqueda de empleo!



## 2. CONSEGUIR UN PUESTO DE TRABAJO

Antes de analizar tu situación personal y profesional y decidir en qué vas a trabajar y cómo vas a organizar tu búsqueda de empleo, es necesario que reflexiones sobre algunos aspectos que influyen en la búsqueda de trabajo remunerado.

Muchas veces, nuestra necesidad e interés por encontrar empleo nos lleva a manifestar que trabajaríamos en “cualquier cosa” como si el posicionarnos de esta forma nos facilitase el conseguirlo. No es así. El mercado de trabajo requiere profesionales capacitados/as en tareas bien delimitadas.

**Tu motivación** es el primer punto que tendrás que analizar en la búsqueda de un empleo, y del que van a depender los siguientes. Debes pensar por qué quieres emplearte y en qué momento. Emplearte significa modificar y renunciar, en mayor o menor medida, a una forma de vida a cambio de otra.

El nivel de motivación para hacerlo no va a ser el mismo si tu decisión se apoya en la necesidad de mejorar tu economía familiar, o bien, en la de obtener algunos ingresos para tus gastos. Puede ser que desees invertir algunas horas en una actividad que te gusta o, tal vez, buscas el reconocimiento social a través del trabajo.



### 3. REFLEXIONA SOBRE TU PUNTO DE PARTIDA

Las empresas ya no se conforman con personal que tenga solo conocimientos y habilidades laborales sino que también buscan personas con características personales específicas.



Para determinar tu perfil personal y profesional, debes reflexionar sobre tus puntos fuertes y débiles.

Aquí hay algunas preguntas clave que debes responder:  
¿Cómo soy? Analiza tus rasgos personales.

¿Eres una persona activa, decidida, habladora, inquieta, luchadora, discreta, tranquila, lógica, cauta, indecisa, ...?

¿Qué sé hacer? Considera tus habilidades y capacidades innatas, las adquiridas a través de la formación académica, no académica y la experiencia laboral.

¡Piensa en todo lo que has aprendido a lo largo de tu vida!

¿Qué me gusta hacer? Valora las actividades que te interesan.

¿Prefieres trabajar solo o en equipo? ¿En una oficina o al aire libre? ¿En una gran empresa o en una pequeña?

¿En qué condiciones deseo trabajar? Examina las condiciones del puesto de trabajo, como horarios, desplazamientos, responsabilidades y salario.



¿Qué significa el trabajo para mí? Reflexiona sobre cómo el trabajo afecta tu vida. ¿Es una fuente de ingresos, un reto, una pasión o una obligación? **Responder estas preguntas te ayudará a establecer una base sólida para tu búsqueda de empleo. Recuerda creer en tus capacidades y confiar en ti mismo/a durante este proceso.**

Cuando buscas empleo, es fundamental creer en tus capacidades y confiar en que puedes alcanzar tus objetivos. Diseñar un plan de búsqueda y prepararte para los procesos de selección te ayudará a sentir más seguridad aumentando tus posibilidades de éxito.

**Recuerda que tus pensamientos, emociones y acciones están interconectados. Si piensas que no conseguirás un empleo, te sentirás desmotivado/a. Confía en ti mismo/a y mantén una mentalidad positiva.**

Además, considera la posibilidad de buscar trabajo en otras ubicaciones más allá de tu localidad.

**¡REFLEXIONA!**



#### 4. LA OCUPACIÓN QUE QUIERES DESEMPEÑAR: TU OBJETIVO PROFESIONAL

**La primera pregunta que debes hacerte es qué ocupación quieres desempeñar.** Durante el proceso de búsqueda de trabajo es importante saber qué tipo de ocupaciones estás dispuesto a aceptar o rechazar, y por qué razones.

**Marca tu Objetivo Profesional:** una ocupación adecuada a tus características personales, profesionales y a tu situación personal.

Por último, deberás reflexionar si aceptarías **desempeñar otras ocupaciones**, tener en un momento determinado un Objetivo Profesional, no quiere decir que no se pueda cambiar.



Existen dos niveles de objetivos profesionales:

**1. Objetivo Profesional Principal:** Se trata de **tu profesión ideal**, aquella que cumple todas tus expectativas e intereses tanto personales como profesionales. Suele coincidir con el objetivo profesional a largo plazo.

**2. Objetivo Profesional Secundario o Trampolín:** Son **otros puestos de trabajo que te permitan alcanzar tu Objetivo Principal**. Estos Objetivos Secundarios pueden aportarte experiencia y respaldo económico para seguir formándote en lo que realmente te interesa.

Lo mejor sería que establecieses una lista de objetivos profesionales por orden de preferencia



Ten en cuenta que para elegir o modificar tu objetivo profesional puedes acudir a la formación. El tiempo que dediques a formarte considéralo como una inversión.



## 5. PLANIFICA TU ITINERARIO DE INSERCIÓN PROFESIONAL

Para planificar tu itinerario y para contrastarlo, puedes acudir a una persona experta en orientación y/o a personas que estén trabajando en el mismo ámbito al que tú aspiras.

No debes olvidar tus características personales, cómo eres, cómo te ven los demás y las que se solicitan para el puesto de trabajo que quieres conseguir.

Así, podrás resaltar como puntos fuertes, aquellas en las que coincidas y ser consciente de aquellas que puedan resultar más complicadas de argumentar en los procesos de selección en los que participes. Una vez que tengas claro tu objetivo, ya puedes planificar tu búsqueda de empleo con garantías de éxito.

**¡PLANIFICA!**

### ***DISEÑA TU PLAN DE BÚSQUEDA***

Ahora es el momento de planificar tu búsqueda de empleo. Para alcanzar el éxito, necesitas organizarte y planificarte desde el principio. A continuación, te presentamos un esquema con los contenidos que te pueden ayudar en esta tarea:

Vuelve a reflexionar sobre tus motivaciones y objetivos:

- Piensa en por qué deseas trabajar y en tus metas profesionales.
- Considera cómo tus objetivos se alinean con tu situación actual.

## **CONTRASTA TU PLAN:**

### **➤ Con profesionales expertos/as en orientación laboral:**

- Concierta una entrevista con profesionales en orientación laboral.
- Comparte tu plan con dichos profesionales y escucha su opinión.
- Ten en cuenta tu perfil personal y profesional, así como la realidad del mercado laboral.





## ***Si lo deseas, ajusta tu plan según las expectativas de éxito que te ayuden a identificar***

### **➤ Con personas cercanas que te conocen bien:**

- Comparte tu plan con amistades y/o familiares.
- Escucha sus opiniones.
- Considera sus sugerencias.

### **➤ Con profesionales expertos y expertas en tu profesión o sector elegido:**

- Coordina un encuentro con alguien que conozca bien la profesión o actividad económica en la que deseas trabajar.
- Explica tu plan y busca su opinión.
- Utiliza los argumentos que has desarrollado y considera los que surgieron durante la entrevista con el personal experto en orientación.
- A partir de su opinión, ajusta, modifica o refuerza tus argumentos.

Al seguir este plan, tus argumentos serán más sólidos y creíbles durante la búsqueda de empleo, aumentando tus posibilidades de éxito.

**Recuerda que confiar en ti mismo/a y mantener una mentalidad positiva es fundamental durante todo el proceso**



## **6. BÚSQUEDA DE INFORMACIÓN**

La puedes realizar por ti mismo/a o a través de:

- Los Servicios de Empleo:
  - Oficinas de Empleo
  - Centros Colaboradores.
  - Entidades Colaboradoras
- La red de contactos
- Los medios de comunicación, internet, redes sociales...



Y tendrá que ver con:

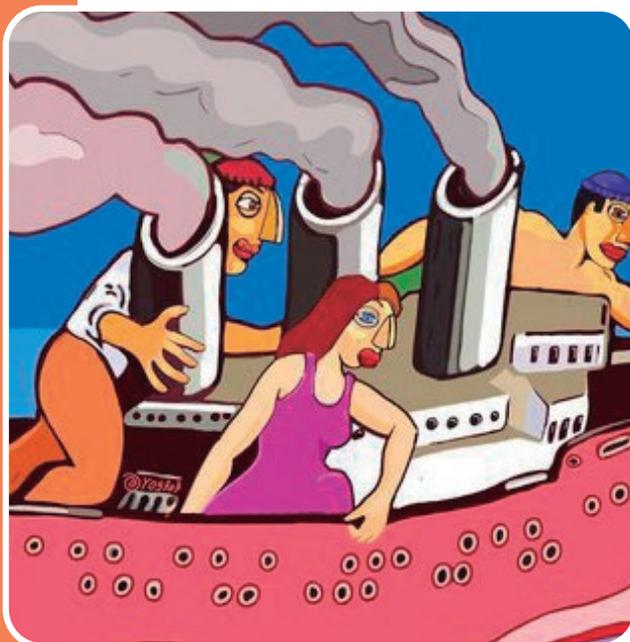
- La evolución de la profesión, su situación actual y las expectativas en cada momento.
- Sectores del mercado de trabajo en los que se incluye la profesión.
- Empresas del ámbito territorial elegido, en el que puedes trabajar en dicha profesión y las peculiaridades de los puestos de trabajo que ofrece.
- Las condiciones en las que se desarrollan las tareas de la profesión.
- Posibles personas clave dentro del sector o la profesión.

El perfil requerido para dicha profesión, que englobaría:

- Cualidades personales
- Capacidades profesionales
- Conocimientos
- Disponibilidad, Otros aspectos ...

## **7. VÍAS DE ACCESO AL EMPLEO**

Es importante utilizar los canales más adecuados para encontrar el trabajo que buscas. Antes de empezar los tienes que identificar, saber cómo funcionan y seleccionar los que más te interesan en función del tipo de trabajo que estés buscando.



## **ADMINISTRACIÓN PÚBLICA: EL EMPLEO PÚBLICO**

El empleo público es la relación administrativa o laboral en la que la Administración Pública es la empleadora. Si quieres conseguir un empleo en alguna de las Administraciones Públicas de Castilla y León tienes dos vías fundamentales:

- a) La principal es el acceso a una plaza de funcionario/a público tras superar una oposición o un concurso-oposición.
- b) La otra vía es la contratación temporal que se puede alcanzar tras superar determinados procesos de selección O INSCRIBIÉNDOSE EN UNA BOLSA DE EMPLEO ABIERTA



Podrás conocer la oferta de empleo público a través de sus páginas webs dependiendo del ámbito en el que quieras participar:

- Administración General del Estado.
- Junta de Castilla y León.
- Diputación Provincial de Salamanca
- Ayuntamiento de Salamanca
- Otras entidades Locales
- Unión Europea.



Ayuntamiento  
de Salamanca



Diputación  
de Salamanca



Junta de  
Castilla y León

**Es muy importante tener presentes algunos aspectos tales como:**

- Leer detenidamente la convocatoria correspondiente.
- Cumplir los plazos establecidos en la convocatoria.
- Cumplimentar y entregar toda la documentación requerida.
- Guardar copia de la solicitud de participación con el sello y fecha registro de entrada.
- Atender a las diferentes publicaciones previstas en la convocatoria, como por ejemplo las listas provisionales y definitivas de PERSONAS ADMITIDAS, ya que, de haberse producido algún error, existen unos breves plazos de reclamación.

Como siempre si tienes duda puedes preguntar a tu Profesional de Orientación

## **VÍAS DE ACCESO AL EMPLEO, POR CUENTA AJENA**

Las vías de acceso más utilizadas son:

- Red de contactos
- Autocandidatura
- Intermediarios de acceso al empleo.
- Medios de comunicación

### **RED DE CONTACTOS O NETWORKING**

La red de contactos está formada por todas las personas con las que mantenemos contactos personales y/o profesionales.



Se ha creado un término específico para nombrarla, "Networking", pero no es más que el "boca a boca" que siempre ha funcionado a la hora de encontrar trabajo. Es la herramienta más efectiva, tanto para una búsqueda de información muy concreta y cercana como para el acceso a oportunidades de empleo relacionadas con nuestros objetivos.



## **Constitución de tu red de contactos.**

Deberás establecerla a partir de:

- Las personas del ámbito relacional más próximo, que te conozcan bien.
- Las personas del ámbito profesional (formación-experiencia laboral) que hayas conocido en tu trayectoria formativo-profesional.

Pueden ser entre otros:

- Familiares y amistades.
- Compañeros/as de anteriores trabajos.
- Empresas proveedoras y personas clientes en anteriores experiencias laborales.
- Personas con las que coincidas en tus actividades asociativas o lúdicas.
- Vecindario.
- Antiguo personal docente de acciones formativas en la actualidad.

## **Trabajo con la red de contactos.**

Una vez identificadas las personas que van a formar parte de tu red de contactos y una vez elegido tu objetivo profesional, debes construir un mensaje fácil de entender para las personas miembros de tu red y transmitirlo sistemáticamente.

Este método no da resultados inmediatos, normalmente debes esperarlos a medio plazo.

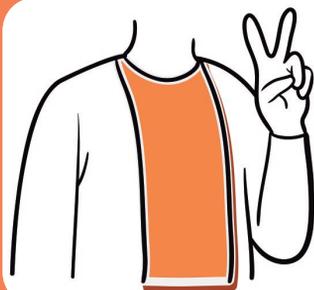
**Es importante transmitir tus ganas de trabajar y tu confianza en desarrollar las tareas del puesto de trabajo**

## ¿Qué se busca?

Lo que se pretende es acceder a información sobre empresas en las que exista alguna posibilidad o a personas que nos faciliten información actualizada de la profesión, las tareas, instrumentos y técnicas utilizadas en la misma.

La información, la posibilidad de acceder a ciertas personas y/o empresas y una referencia sobre nosotros/as mismos/as es lo que se conseguirá trabajando bien con la red de contactos.

No es muy probable que una persona miembro de nuestra red, ni siquiera alguna persona de mucha confianza de éste, sea quien nos reciba en una entrevista de trabajo que nos interese, es más fácil que simplemente, desde nuestra red o "sus cercanías", pueda llegar alguna referencia sobre nosotros a aquel que pueda recibir nuestro currículum o nos entreviste.



**No trates de dar lástima, no agobies, no traspases tu responsabilidad a tus contactos, no tengas miedo al ridículo o pudor de hacer pública tu situación, recuerda que tienes bien argumentada tu pretensión**



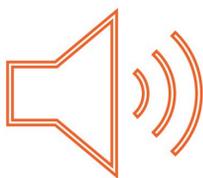
## Mensajes para mi Red de contactos

Serán el fruto de todo el trabajo que se ha realizado y son la “clave” para que a quienes constituyen tu red de contactos, se les “encienda” la mente y localicen personas, empresas, noticias o información relacionada, que puedan ser de tu interés.



Deben ser fáciles de entender, adáptalos al nivel de conocimiento de la profesión y/o de cultura en general que tengan las personas destinatarias. Así, un mismo objetivo profesional podrá dar lugar a varios mensajes con vocabularios adaptados a tus contactos.

Por ejemplo: Si quisieras trabajar como personal administrativo en una empresa de Salamanca o su entorno, dominaras el paquete informático Office y aplicaciones de gestión de personal, tuvieras formación y experiencia en gestión de personal y hablaras fluidamente el inglés, tu mensaje podría ser:



a) Estoy buscando trabajo como administrativa/o en Salamanca y alrededores, manejo muy bien el ordenador, hablo inglés y estoy especializada/o en gestión de personal.

b) Busco trabajo como administrativa/o en Salamanca y comarca. Domino el ordenador y hablo inglés.

A partir de estos mensajes, se completará la información que demanden tus contactos.

**Siempre es un buen momento para contactar con amistades, familiares, compañeros/as y también para hacer nuevos contactos**





Todas las personas expertas y estudios coinciden en que la mayor parte de los puestos de trabajo se logran a partir de contactos.

### **AUTO CANDIDATURA**

Se trata de **ofrecer tu currículum por iniciativa propia** a empresas que tengan puestos de trabajo que coincidan con tu objetivo profesional.

Al contrario de los anuncios en prensa, **la empresa no ha anunciado que existe un puesto de trabajo vacante**, por lo que es posible que no necesiten cubrir ningún puesto en ese momento, pero dejarás una imagen adecuada y coherente presentando tu solicitud de empleo para la profesión que más capacitado estás.



Una de las ventajas de la auto candidatura es **que la competencia es menor**. Por eso debes aprovechar la oportunidad para presentar tu perfil, argumentando muy bien tus puntos fuertes para desempeñar un puesto de trabajo en la empresa.

Obtén información **de empresas en las que puedes aspirar a trabajar** e intensifica el conocimiento sobre ellas.

- ✓ Reúne toda la información que puedas sobre cada empresa en particular elegida, los puestos en los que podrías encajar y las condiciones de dichos puestos.
- ✓ Asegúrate de que cumples en gran medida con el perfil que podrían solicitar y remarca tus puntos fuertes.
- ✓ Haz uso de tu red de contactos para obtener información.
- ✓ Procura identificar a la persona o departamento idóneo que vaya a recibir tu auto candidatura.
- ✓ Finalmente, debes presentar tu auto candidatura de forma personal, telefónica, por correo electrónico o Portal web.
- ✓ También podemos anunciarnos directamente en prensa, Tablones de anuncios, Colegios profesionales, Bolsas de empleo especializadas, Redes profesionales...

**No olvides que el objetivo principal de la “autocandidatura” es conseguir una entrevista personal en la que puedas ampliar la información de tu perfil profesional**



## **ENTIDADES INTERMEDIARIAS DE ACCESO AL EMPLEO**

Son aquellos organismos, empresas, instituciones, etc., cuyo cometido consiste en poner en relación a las personas que buscan trabajo con las posibles empresas empleadoras que ofrecen colocación. Permiten ampliar nuestro abanico de posibilidades. Entre otros destacamos los siguientes:

- CENTRO DE FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL DEL AYUNTAMIENTO DE SALAMANCA (CEFOL)
- Servicio Público Estatal de Empleo (SEPE)
- Servicio Público de Empleo de Castilla y León (ECYL)
- Centros Colaboradores del Servicio de Empleo de Castilla y León
- Sistema de Garantía Juvenil
- Bolsas de empleo: estatales, autonómicas, municipales, (SACYL, Correos, etc.).
- Empresas de Trabajo Temporal
- Empresas de Selección
- Agencias de Colocación.



## ***CENTRO DE FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL DEL AYUNTAMIENTO DE SALAMANCA (CEFOL)***

Somos un Centro Municipal dependiente del Servicio de Mujer, Empleo e Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Salamanca, cuya finalidad es la de mejorar la capacidad de inserción profesional de las personas demandantes de empleo de la capital, prestando una atención individualizada y haciendo una discriminación positiva hacia aquellas personas con especiales dificultades de acceso al mercado laboral, mediante programas de empleo y formación.



Son personas destinatarias aquellas personas desempleadas en general, con o sin cualificación formativa y/o profesional, empadronadas en el **municipio de Salamanca**, con un mínimo de 6 meses de antigüedad, y que estén inscritas como demandantes de empleo en el Servicio Público de Empleo de Castilla y León.

**¡No olvidéis pedir cita previa, te esperamos!**

**TELÉFONO: 923-25-20-01**

**Correo Electrónico: [cefol@aytosalamanca.es](mailto:cefol@aytosalamanca.es)**



## EL SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO ESTATAL (SEPE)

Es un organismo autónomo adscrito al Ministerio de Trabajo y Economía Social.

El SEPE, junto con los Servicios Públicos de Empleo de las Comunidades Autónomas, conforma el Sistema Nacional de Empleo con el fin de contribuir al desarrollo de la política de empleo, gestionar el sistema de protección por desempleo y garantizar la información sobre el mercado de trabajo.



Quizás asocias el término SEPE (😊 te recordamos que el "INEM" hace muchos años que ya no existe) a la tramitación y

pagos de Prestaciones por desempleo, Subsidios por desempleo, Renta Activa de Inserción (RAI) Subsidios agrarios, etc...

Y es cierto, pero, además, también tiene entre sus servicios realizar tu inscripción en ofertas de empleo, facilitar la búsqueda de ofertas de empleo y la inclusión de curriculum vitae para favorecer la movilidad territorial, a través del Portal Único de Empleo, **"Empléate"** y del espacio Red **EURES** (Red de servicios de empleo europeos).

## EL SISTEMA DE GARANTÍA JUVENIL

Iniciativa europea que pretende **facilitar el acceso de las personas jóvenes** (mayores de 16 y menores de 30 años), desempleadas o que no estudien **al mercado de trabajo**. A través del Sistema pueden recibir una oferta de empleo, de educación, formación o un período de prácticas de trabajo. Para las empresas, además, hay importantes incentivos a la contratación de estos/as jóvenes.

**La inscripción es voluntaria y puedes obtener más información en la página web del SEPE**



## **SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO DE CASTILLA Y LEÓN (ECYL)**

Es el instrumento gestor de las políticas activas de Empleo que se desarrollan en Castilla y León.

Servicios que ofrece:

- Información, orientación y acompañamiento para la inserción laboral.
- Intermediación laboral.
- Formación a personas en desempleo y en activo.
- Asesoramiento para el Autoempleo



**Servicio de orientación** es un servicio integral que pretende ayudar a las personas usuarias a mejorar su empleabilidad, promover su carrera profesional y facilitar su contratación.

- Atención personalizada, en la que la persona usuaria y el personal técnico analizan conjuntamente su situación y estudian las alternativas.
- Proporciona información, asesoramiento y acompañamiento a la persona en la búsqueda de empleo, así como en las transiciones laborales



## ***CENTROS COLABORADORES DEL SERVICIO PÚBLICO DE EMPLEO DE CASTILLA Y LEÓN (ECYL)***

Son entidades sin ánimo de lucro que colaboran con el ECYL. Servicios que ofrecen:

- Información, orientación y acompañamiento para la inserción y promoción profesional.
- Intermediación laboral.
- Formación a personas en desempleo y en activo.

Puedes acceder al listado de Centros de Empleo más cercanos a través del buscador de centros en la página web del Servicio Público de Empleo de Castilla y León (ECYL)

## ***EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL (ETT's).***

Ofrecen intermediación laboral. Son empresas que contratan a trabajadores/as para después cederlos/as a otra empresa por un tiempo determinado, normalmente reducido. Las personas contratadas por la ETT tendrán derecho a la remuneración establecida, según el puesto de trabajo a desarrollar, en el convenio colectivo aplicable a la empresa usuaria. La remuneración deberá incluir la parte proporcional de pagas extraordinarias, festivos y vacaciones.

Puedes utilizar sus servicios como lanzadera al empleo.

En Salamanca destacan, entre otras: Randstad, Adecco, Flexiplan, Ananda Gestión, Manpower, Critt ....



### ***EMPRESAS DE SELECCIÓN DE PERSONAL***

Son consultoras especializadas en buscar las personas candidatas idóneas para el puesto solicitado por la empresa cliente. Estos puestos de trabajo suelen exigir un nivel de cualificación medio-alto. Estas empresas trabajan a partir de una petición de la empresa cliente, reclutando personas candidatas a través de un anuncio en prensa o en portales de empleo de Internet o de su propia base de datos

En los procesos de selección suelen acompañar las entrevistas personales de pruebas psicotécnicas de personalidad, dinámicas de grupo y/o pruebas profesionales. El proceso de selección lo paga la empresa que solicita el personal, no tiene ningún coste para ti.

A diferencia de las empresas de trabajo temporal (ETT), que contratan ellas mismas a las personas trabajadoras para ponerlos a disposición del empresariado, la función de las empresas de selección es poner en contacto a la persona trabajadora y al empresariado tras realizar una preselección entre los currículums de las personas trabajadoras demandantes.



Te recomendamos realizar una búsqueda de las ETTs y Agencias presentes en nuestra ciudad para informarte de sus servicios y tus oportunidades si optas por esta vía de acceso al empleo



### **BOLSAS DE EMPLEO**

Son un recurso que hace de punto de encuentro efectivo entre personas que buscan empleo y empresas que lo ofrecen, gestionado a través de bases de datos con información sobre demandantes de empleo o posibles personas candidatas a un puesto de trabajo.

En ellas recogen tu historial personal, formativo y laboral, así como los datos necesarios sobre tu disponibilidad y preferencias laborales. Algunos ejemplos de Bolsas de Empleo Público:

- Bolsas de Empleo Temporal. De la Junta de Castilla y León ([jcy.l.es](http://jcy.l.es)):
- <https://empleopublico.jcyl.es/web/es/empleo-publico/inscripcion-bolsas-empleo-temporal.html>
- Bolsas de empleo del Ayuntamiento de Salamanca: Ayuntamiento de Salamanca - Sede Electrónica - Bolsas de Trabajo ([aytosalamanca.gob.es](http://aytosalamanca.gob.es))
- Bolsa de Empleo Abierta y Permanente del Servicio de Salud de Castilla Y León (Sacyl): <https://www.saludcastilayleon.es/profesionales/es/bolsa>

***Para acceder a más información sobre bolsas de trabajo que existen en tu zona, puedes dirigirte a tu orientador/a***

## **AGENCIAS DE COLOCACIÓN**

Son entidades públicas o privadas, con o sin ánimo de lucro, que, en coordinación y, en su caso, colaboración con el servicio público de empleo correspondiente, realizan actividades de intermediación laboral que tienen como finalidad proporcionar a las personas trabajadoras un empleo adecuado a sus características facilitando a las empresas empleadoras las personas trabajadoras más apropiadas a sus requerimientos y necesidades. (Puedes encontrar más información en: Sistema Nacional de Empleo - Agencias de Colocación (<https://www.sistemanacionalempleo.es/HomeSne>)).

Tienen una doble finalidad:

- Ayudar a las personas trabajadoras a encontrar empleo.
- Ayudar a los/las empleadores/as a la contratación de personal apropiado

## **OTRAS ENTIDADES**

Existen otras entidades como colegios profesionales, asociaciones empresariales, sindicales, ayuntamientos, asesorías, etc., que trabajan en el ámbito del empleo y, entre otros servicios, ofrecen la posibilidad de intermediar en el mercado laboral.

## **MEDIOS DE COMUNICACIÓN**

Un intermediario más del mercado de trabajo en el que puedes encontrar oportunidades de acceso al empleo de tu interés.

## **LA PRENSA**

A pesar del auge que en los últimos años han experimentado los portales de empleo en internet algunas empresas continúan publicando ofertas en las páginas de empleo de los periódicos, a veces de forma simultánea a internet, y otras de forma exclusiva



¡Cuidado con los anuncios por palabras! pues las empresas que los utilizan para buscar personas empleadas suelen, en ocasiones, ser de dudosa reputación por lo que debemos desconfiar si la redacción no es muy clara o si observamos un número de teléfono de tarificación especial

### **TELEVISIÓN**

**“Aquí hay trabajo”** es el portal de empleo del programa de la cadena dos de Radio Televisión Española donde se publican ofertas de empleo. (<https://www.rtve.es/play/videos/aqui-hay-trabajo/>).

Aparecen numerosas ofertas relacionadas con muchos y diferentes sectores, y también suelen aparecer ofertas de trabajo en el extranjero.

## **8. VÍAS DE ACCESO AL EMPLEO, POR CUENTA PROPIA: AUTOEMPLEO.**

Otra posibilidad de incorporarte al mercado de trabajo consiste en crear tu propio negocio, transformando una idea de negocio en una empresa.

Para asesorarnos en esta vía de acceso al empleo, existen especialistas tanto en entidades públicas como privadas que nos pueden orientar y asesorar en las distintas fases del proceso, sobre los trámites a realizar en cada momento y las ayudas y recursos existentes para tal fin.

### **QUIERO “MONTAR” MI EMPRESA**

Si tienes tus propias ideas, un espíritu emprendedor, y lo que quieres es montar tu propia empresa, debes conocer que existen diferentes servicios de ayuda y asesoramiento, incentivos y ayudas específicas para las personas emprendedoras como tú.

Aquí te ofrecemos información al respecto; queremos ayudarte a convertir tus proyectos en una realidad.

## **ORIENTACIÓN PARA EL AUTOEMPLEO**

### **Ayuntamiento de Salamanca**



El Ayuntamiento de Salamanca dispone de un Servicio Municipal de Asesoramiento Empresarial Personalizado destinado a apoyar al empresariado y personas emprendedoras en el desarrollo y crecimiento de sus proyectos. Este servicio, completamente gratuito, ofrece orientación especializada en diversas áreas, como la elaboración de planes de negocio, la gestión financiera, el marketing y la búsqueda de financiación.

La Cita Previa podrá solicitarse por cualquiera de los siguientes medios:

- Presencialmente: Oficinas de Promoción Económica del Ayuntamiento de Salamanca, sitas en Plaza Mayor nº15, 2ª Planta, 37002, Salamanca.
- Teléfono: 923 281 414
- Email: [promocioneconomica@aytosalamanca.es](mailto:promocioneconomica@aytosalamanca.es)

<https://aytosalamanca.es/quiero-emprender>

### **Servicio Público de Empleo de Castilla y León**

El Servicio Público de Empleo colabora con entidades sin ánimo de lucro con el fin de ofrecerte ayuda para montar tu propio negocio. Esta orientación consiste en:

**Información general** sobre las ventajas y responsabilidades que conlleva el autoempleo, las distintas formas societarias que pueden adoptar los proyectos, sus ventajas e inconvenientes, los trámites administrativos para la creación de empresas, las ayudas y subvenciones que se pueden aplicar a cada uno de los proyectos etc.



- **Asesoramiento individual para el autoempleo:** Esta actividad incluye un asesoramiento integral a las personas emprendedoras indicándoles las distintas alternativas y soluciones más adecuadas a sus proyectos, ventajas e inconvenientes de la modalidad societaria que se elige, vías de financiación de la inversión etc.

- **Tutoría del proyecto empresarial:** ofrece asesoramiento en la elaboración del Plan de Empresa como documento que refleje contenido del proyecto empresarial que se pretende poner en marcha, abarcando desde la definición de la idea a desarrollar hasta la forma concreta de llevarla a la práctica; trámites necesarios para la apertura de un negocio o traspaso de una actividad, y otros trámites legales. Además, este servicio, debe convertirse en un apoyo permanente resolviendo todas aquellas dudas que vayan surgiendo a lo largo del proyecto.



**Si tienes interés solicita este servicio en tu oficina de empleo más cercana.**

- Oficina del Emprendedor ICECYL | Empresas | Junta de Castilla y León (jcyl.es) <https://empresas.jcyl.es/web/es/creacion-empresas/oficina-emprendedor.html>
- Quiero montar mi empresa | Empleo Joven | Junta de Castilla y León (jcyl.es) <https://empleojoven.es>
- Plataforma PYME <https://plataformapyme.es/es-es/Paginas/default.aspx>
- RED PAE: Punto de Atención al Emprendimiento <https://paeelectronico.es/es-es/Paginas/Home.aspx> Cámara de Comercio de Salamanca: <https://www.camarasalamanca.com>

## 9. HERRAMIENTAS DE BÚSQUEDA DE EMPLEO

En este apartado te mostramos algunas herramientas que sin duda te serán muy útiles en tu Búsqueda de Empleo

### **LA CARTA DE PRESENTACIÓN**

Es el documento que generalmente acompaña al currículum. Solemos tener una idea sobre ellas de que se trata de una mera formalidad, y un hábito relacionado con la cortesía, sin embargo, es uno de los principales instrumentos con los que contamos para la promoción de nuestra candidatura.

La carta de presentación cumple una doble función, por un lado, suscitar el interés de la persona que va a recibir la candidatura para que realice la lectura del currículum con el máximo interés. De otro, poner de relieve los datos específicos del currículum y personales que hacen de ti la persona candidata idónea para el puesto.

Esta carta es la primera imagen que la empresa tendrá de ti. Por esa razón debes cuidar la ortografía, redacción y la claridad.

**Estructura de una carta de presentación.** Ejemplo:

- **DIRECCIÓN:** Indica a quién va dirigida y complétalo con su dirección y la fecha.
- **PRIMER PÁRRAFO:** Introduce el objetivo de la carta y acompáñalo con algo que pueda captar su atención, como hablarle de su empresa.
- **SEGUNDO PÁRRAFO:** Preséntate como la persona idónea para el puesto. Puedes realizar un resumen de los puntos clave del "currículum" que se adecuen a la oferta.
- **TERCER PÁRRAFO:** Insiste en tu interés por la oferta y menciona tu disponibilidad para formar parte del proceso de selección o concertar una entrevista.
- **FINAL:** Despídete con cortesía.



## Cartas de presentación según su finalidad

### a) Carta de Auto candidatura:

Su objetivo, es lograr que la persona responsable de personal pueda ubicarte dentro de la estructura de la empresa, y en caso necesario cubrir algún puesto vacante en el momento, o en un futuro. Es importante que conozcas la empresa, para describir qué puestos de trabajo podrías desarrollar, indicando formación, capacidades o experiencias relacionadas.

#### Ventajas:

- Menos competencia, al no responder a una oferta de empleo.
- Puede que en ese momento se esté realizando un proceso de selección, y captas su atención.
- Puedes generar una necesidad nueva.
- Te posibilita el poder participar en posteriores procesos de selección.

### b) Carta de respuesta a una oferta de empleo

Su objetivo es demostrar que tu perfil profesional se ajusta a los requisitos del puesto de trabajo que están ofertando, en lo referente a formación, experiencia y/o capacidades.

La carta debe ser específica para cada oferta, redactada y diseñada para las características de la oferta de empleo.

### c) Carta de seguimiento o recordatorio:

Cuando la entrevista nos resulta satisfactoria y percibiste interés en tu candidatura sirve para reforzar. Si hemos percibido una mala entrevista puede que sirva de segunda oportunidad. Se puede aprovechar también para actualizar datos del Currículum.

#### d) Carta de agradecimiento:

Se trata de agradecer la oportunidad de la entrevista y seguir mostrando tu interés por el puesto de trabajo. Además de cortesía, se intenta mantener una puerta abierta en el caso de que en un principio nos desestimen como personas candidatas.

#### EL CURRÍCULUM VITAE

Es un documento donde mostramos nuestros datos personales de contacto, académicos y profesionales que puedan resultar de utilidad para las empresas, las personas responsables de selección de personal **suelen dedicar menos de seis segundos a la lectura de un currículum**, por lo que debemos convencerles en muy poco tiempo.

Se recomienda su realización con un ordenador, salvo que la empresa pida expresamente que se realice a mano, en cuyo caso pondremos especial cuidado para llamar la atención del personal seleccionador por su presentación, limpieza, orden, claridad, estructura, y por su contenido, debiendo prestar atención a espacios, sangrías, negritas, y subrayados. Debemos presentar el original evitando las fotocopias.

- Cuide la presentación. Las faltas de ortografía o gramaticales pueden significar el descarte inmediato de tu candidatura.
- Presente su formación y experiencia profesional en orden cronológico inverso, es decir, empezando por la más reciente.
- Utilice un lenguaje simple, sin argot profesional ni tecnicismos salvo los imprescindibles cuando comente sus competencias profesionales.



- Uso de términos-clave: Cada vez son más habituales los procesos automáticos de selección a través de un programa informático que rastrea las palabras clave. Use las mismas que aparecen en el texto del anuncio: el motor de búsqueda las retendrá.
- No incluir en el CV expectativas salariales ni detalles personales (estado civil, hijos, religión, política).
- Los cursos de formación se deben transformar en competencias y habilidades adquiridas, en lugar de hacer listados de cursos y horas.
- Es preferible no incluir referencias de anteriores empresas empleadoras, ya se aportarán en la entrevista. Mantén la objetividad, ni demasiado modesto/a ni demasiado "vendedor/a".



No encontramos un modelo único de currículum, podemos utilizar una plantilla o crear un modelo personalizado.

En todo caso se debe incluir la siguiente información:

- **Datos personales:** encabezando el CV, nombre completo y datos de contacto (teléfono y correo electrónico, pudiendo añadir otras direcciones en redes sociales, si las usa a nivel profesional). Se puede incluir una foto.
- **Un título:** Denominación del puesto de trabajo al que opta o el perfil profesional (para que quien recluta, lo vea inmediatamente). Puede ser una simple frase o un pequeño párrafo (máximo 3 o 4 líneas) donde señales tus características profesionales más destacadas.



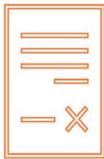
- **Sección “Experiencia profesional”:** empieza por las más recientes y elimina las que no tienen ningún tipo de relación con el objetivo. Resalta aquellos aspectos relacionados con el puesto, sobre todo habilidades y logros. Ilustra la experiencia con cifras y datos si es posible. Indica fechas y períodos de cada experiencia, y el nombre o sector de actividad de las empresas en que ha trabajado.
- **Sección “Formación/Cualificaciones”:** Indica el nivel de estudios y los diplomas/certificados profesionales que se relacionen con el puesto al cual optas.
- **Formación Complementaria:** Formación relevante para el puesto de trabajo como cursos, seminarios, jornadas. Consejo: transformar esta formación en competencias y habilidades adquiridas, en lugar de hacer listados de cursos y horas.
  - o Los Conocimientos informáticos y de idiomas son importantes en muchos puestos de trabajo. Precisa el nivel que posees de cada uno.
  - o Los hobbies o aficiones deben mencionarse si tienen relación con las habilidades que requiere el puesto de trabajo. Lo mismo ocurre con las experiencias de Voluntariado.

No se debe mentir nunca, pero tampoco ofrecer datos que sean perjudiciales o negativos sobre nuestra candidatura (omitir no es mentir). Si crees **que algo puede perjudicarte no lo incluyas.**

Es conveniente redactar un currículum para cada puesto de trabajo, y si los imprimimos preferible el papel de calidad el tamaño A4. No debe contener faltas de ortografía ni incorrecciones



gramaticales la redacción ha de ser breve preferiblemente una página y dos páginas máximo cuando se tiene mucha formación o experiencia en este caso no se debe imprimir a doble cara si es más extenso debemos seleccionar la información y solo mencionar la relacionada con el puesto de trabajo



El currículum no lleva firma, pero es aconsejable poner la fecha al final, pero has de tener en cuenta que si no envías el currículum en la fecha indicada se quedará desfasado, con lo que por regla general mejor **fechar y firmar** la carta que acompaña a dicho CV.

Si piden foto, remitir una reciente en la que se muestre una imagen formal. Si es escaneada elige alta calidad.

Entregaremos original si la empresa ofrece el trabajo directamente o nos interesa mucho el puesto. En caso de empresas de trabajo temporal, ofertas generales, ..., entregar fotocopia en color, o en formato PDF si es por email, si es de buena calidad causará la misma impresión y te resultará más económico.

### • Ejemplo de CV SENCILLO

#### **AMALIA LÓPEZ MARTÍNEZ** **AUXILIAR ADMINISTRATIVA**

Persona responsable, acostumbrada a trabajar en equipo y dispuesta a asumir responsabilidades

Teléfono: 6000060 / Correo electrónico: Lopez@gmail.com

#### **EXPERIENCIA LABORAL**

- Auxiliar administrativo en oficina "El empleo" (1986-1996).  
Funciones; recepción y administración...
- Auxiliar administrativo en "La gasolinera" (1996-2019).  
Funciones; administración y contabilidad

## **FORMACIÓN ACADÉMICA.**

- Graduado Escolar en el Colegio Público Miguel de Unamuno. Salamanca (1983)

## **FORMACIÓN COMPLEMENTARIA**

- Curso de auxiliar administrativo (220 horas). Centro de Formación y Orientación Laboral del Ayuntamiento de Salamanca, 2005
- Curso de secretariado de oficina (100 horas). Centro Estudios Administrativos de Salamanca, 2002

**IDIOMAS:** Nivel elemental de inglés

**INFORMÁTICA:** Nivel medio de Word y avanzado de Internet

**Existen diferentes tipos de currículum, destacando:**

### **• Currículum cronológico**

Los datos se ordenan de mayor a menor antigüedad, empezando por los más alejados en el tiempo, de esta forma se puede ver la evolución a lo largo de los años.

Una variación del anterior es el "cronológico inverso": los datos se ordenan de menor a mayor antigüedad, esto permite resaltar la última titulación y experiencia laboral.

Debemos intentar adaptar nuestro currículum a cada oferta de empleo, resaltando la experiencia o formación relacionada con ese puesto de trabajo.

### **• Currículum funcional.**

Te permite destacar y resaltar tus fortalezas de manera estratégica, impresionar a las empresas, demostrando tus capacidades y conocimientos.



- También estaría indicado para personas que han tenido una trayectoria laboral inestable, o que se han movido en diferentes ámbitos.
- Se ordenan los datos en unidades temáticas o áreas de trabajo.

### • Currículum mixto.

Se utiliza cuando nos interesa resaltar nuestras fortalezas mostrando en qué fecha se produjeron.

### • Currículum creativo

- Adecuado para personas que se dedican a actividades creativas y de diseño.
- La información se estructura como una secuencia de materiales que resume la creatividad profesional.
- Conveniente para ofertas donde la creatividad es el requisito principal.



### • Currículum europeo

- Ordena la información siguiendo la plantilla consensuada por los países de la U.E.
- Diseñada para buscar trabajo en la Unión Europea.
- Presenta competencias y cualificaciones.

Si quieres redactar tu Currículum y carta de presentación con "formato europeo", hazlo desde la propia plataforma Europass (disponible en 30 idiomas).

Allí tienes instrucciones y consejos. Además de almacenarlo en ese espacio virtual y poder actualizarlo cada vez que quiera, puede guardarlo (en formato PDF o XML) en su ordenador u otro dispositivo de almacenamiento para tenerlo siempre disponible para su envío por email.

Adicionalmente, te permitirá publicarlo directamente en algunos portales de empleo como el portal EURES.



Más información y modelos de C.V. en:  
<http://europass.cedefop.europa.eu/es>



## Si solicitas un puesto de trabajo por correo electrónico, ten en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Envía tu candidatura desde un correo electrónico neutro, a ser posible, que contenga su nombre (evite direcciones informales o chistosas).
- Si estás trabajando, no mandes tu candidatura desde tu mail corporativo, ni lo utilices como forma de contacto (eso daría la impresión de que dedica su tiempo de trabajo a buscar empleo)
- Repasa el mensaje tres veces antes de enviarlo (¿Lo envías a la empresa correcta?, ¿Has adjuntado los documentos?, ¿Es correcto el mensaje –sin faltas–?, ¿Es correcta la dirección de correo de la empresa empleadora?, etc.)
- Menciona el puesto o referencia en el asunto del mensaje, no lo envíes con un nombre genérico e impersonal, como “solicitud” o “CV”.
- Incluye el CV como documento adjunto en formato PDF (preferiblemente).
- Puedes adjuntar la carta de presentación como archivo en formato doc o PDF, o bien escribirla en el “cuerpo del mensaje”. La segunda opción es la más recomendable en la actualidad, y debería ser más reducida: el personal reclutador lo verá de inmediato y, solo si es convincente y específico, abrirá el CV adjunto.
- Intenta que tu correo, junto con todos los documentos adjuntos, no supere 1 MB de información.
- No olvides nunca retirar la dirección de la empresa empleadora de una posible lista de distribución general de presentaciones, chistes o comunicaciones diversas.

## TU CURRÍCULUM ES EL REFLEJO DE TU IMAGEN



### VIDEOCURRÍCULUM

En muchas ocasiones diferenciarse del resto con un currículum diferente nos permite mostrar algunos atributos que pueden ser valorados positivamente por un/a seleccionador/a como son la creatividad el dominio de algunos programas informáticos, la motivación etc. No obstante, debemos tener en cuenta que este tipo de currículums no son siempre bien valorados en algunos empleos o pueden suponer un problema para el personal seleccionador al no poder hacer un copia pega o no encontrar con facilidad algunos datos, pero en otros empleos son fundamentales para demostrar nuestra capacidad como, por ejemplo, en publicidad y diseño. Puedes encontrar muchos ejemplos en Internet.



### Recomendaciones para elaborar un buen vídeo currículum:

Primero define el contenido, establece lo que valora el tipo de empresa al que te diriges. Debemos pensar bien qué queremos transmitir: conocimientos, organización, capacidad de trabajo, innovación... etc. Debemos preparar un guion en el que destaque nuestras fortalezas, debemos cuidar nuestro vestuario y utilizar un lenguaje sencillo.



La grabación ha de ser de calidad poniendo especial cuidado en la iluminación y el sonido. Podemos aprovechar el entorno para transmitir información que nos pueda beneficiar y debemos intentar que no supere los 3 minutos editando el video con un programa e introduciendo leyendas para facilitar su comprensión.

### Ventajas del videocurrículum

- Nos permite dirigirnos de forma directa a las empresas, ser vistos físicamente, incluyendo nuestros gestos y nuestra capacidad para expresarnos.
- Es un **formato audiovisual**. De manera más acorde al desarrollo de la tecnología en la sociedad actual, combina audio y vídeo en una presentación sencilla.
- Es más **directo**. Permite conocer a la persona candidata tal y como es. Si mencionamos otro idioma, podemos demostrar nuestro dominio.
- Permite mostrar **trabajos anteriores**.
- Es **breve y conciso**.

## PRUEBAS DE SELECCIÓN



"Hilvanados caminos"

En ocasiones tendrás que pasar por un proceso de pruebas, en el que el empresariado seleccionará a aquella persona cuyo perfil se adecúa mejor a las necesidades actuales o futuras del trabajo. Te presentamos algunos ejemplos:

### Pruebas profesionales

Aquellas que evalúan conocimientos propios de una profesión:

Pruebas y exámenes profesionales

- Cuestionarios técnicos
- Ejercicios de simulación

### Pruebas psicotécnicas

Sirven para evaluar el potencial de la persona candidata: Inteligencia general

- Razonamiento abstracto
- Numéricas
- Capacidad verbal
- Personalidad...

### Dinámicas de grupo

Evalúan el comportamiento de una persona candidata dentro de un grupo:

- Simulaciones
- Situaciones reales
- Situación dual, Situaciones en grupo ...



## ENTREVISTA DE TRABAJO

- Se utiliza para contrastar la información obtenida sobre la persona candidata.
- Es el momento en el que la empresa va a conocer a la persona que opta al puesto de trabajo y tomar una decisión acerca de su posible contratación

### Objetivos de la entrevista.

#### **POR PARTE DE LA PERSONA ENTREVISTADORA**

- ✓ Buscar a la persona candidata ideal.
- ✓ Corroborar la información que ya has aportado.
- ✓ Predecir tu adecuación al puesto de trabajo.

#### **POR TU PARTE**

- ✓ Debes causarle una impresión positiva.
- ✓ Demuestra interés por el puesto.
- ✓ Demuestra que eres la mejor candidatura para ese puesto de trabajo.

### ¿Sobre qué me pueden preguntar?:

- ✓ Motivo de tu solicitud.
- ✓ Formación.
- ✓ Experiencia profesional.
- ✓ Condiciones personales y situación familiar.
- ✓ Personalidad.
- ✓ Remuneración.....

## ¿Cómo me preparo la entrevista?

### **Antes de la entrevista.**

- Se puntual, intenta llegar 10 minutos antes.
- Cuida tu aspecto personal en función del puesto.
- Ten claros tus objetivos profesionales.
- Tus cualidades, destrezas, conocimientos y deficiencias.
- Obtén información de la empresa y del puesto de trabajo.
- Prepara bien tu currículum y documentación acreditativa.
- Repasa posibles preguntas que puedan hacerte.

### **Durante la entrevista.**

- Prepara tu argumentación.
- Habla con tono claro y fluidez verbal adecuada.
- Escucha atentamente y si no entiendes algo pide aclaraciones.
- Mira a la persona entrevistadora, no mires a otro lado.
- Intenta mantener una postura lo más relajada posible.
- Evita movimientos excesivos y acciones como morderte las uñas o jugar con objetos.
- Demuestra entusiasmo.
- No critiques anteriores trabajos.
- Puedes hacer preguntas relacionadas con el puesto, la empresa, y el trabajo.



## Aptitudes que te ayudarán a superar la entrevista

Aunque la formación académica y la experiencia profesional siguen siendo dos factores importantes a la hora de encontrar empleo, lo cierto es que cada vez más profesionales de Recursos Humanos dejan de lado los títulos en la entrevista de trabajo, para centrarse en las competencias y las habilidades de las personas candidatas.

Quieren **reclutar talento** que, además de estar preparado para desarrollar sus nuevas funciones, sepa adaptarse rápidamente a las nuevas situaciones y encaje con la cultura corporativa y sus compañeros/as.

### Por eso, en tu entrevista de trabajo, te recomendamos que muestres:

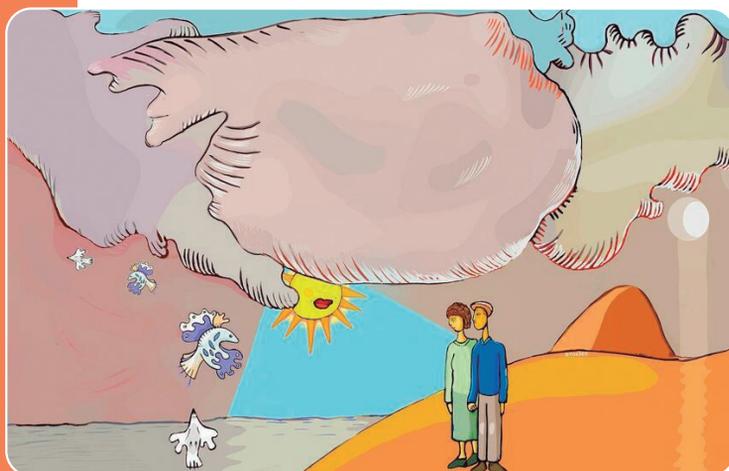
- **FLEXIBILIDAD Y ENTUSIASMO:** Es fundamental que las personas reclutadoras se den cuenta en la entrevista que eres flexible en tus comportamientos y opiniones, así como que demuestras entusiasmo en todo lo que haces.
- **INICIATIVA Y DIRECCIÓN:** Los/as reclutadores/as valorarán que seas capaz de tomar la iniciativa, y por otro, analizarán tu manera de priorizar tareas. Demuestra que eres una persona resolutiva.
- **DOMINIO DEL EGO:** Cuando te pregunten por tu mayor éxito profesional, da importancia a lo que has conseguido, pero céntrate en el trabajo y en la ayuda exterior que has recibido.
- **PROACTIVIDAD:** Muestra tus ganas de superarte, de seguir aprendiendo y de enfrentarte a nuevos retos.
- **AUTOCONOCIMIENTO:** Conocerse a fondo es fundamental en muchos aspectos de tu vida, incluido el laboral. Por eso, debes tener claro qué es lo que se te da mejor y peor. No pasa nada por confesar tus debilidades, pero plantea tu esfuerzo por mejorar esos aspectos.

## Después de la entrevista.

Reflexiona acerca de la entrevista y como has estado en ella. Te ayudara a corregir posibles errores. A continuación te mostramos un ejemplo de modelo de control de entrevista.

### Modelo Control de Entrevista

- ¿Llevaba preparada la entrevista? ¿Cuáles fueron las preguntas? ¿Me sorprendió alguna de ellas?
- ¿En qué fallé? ¿Qué cosas han sido las que me han puesto más nervios/a? ¿Qué cosas me han tranquilizado? ¿Cómo ha sido mi actitud?
- ¿Qué es lo que más le puede haber gustado al/a entrevistador/a? ¿Y lo que menos?
- ¿Hice preguntas? ¿De qué tipo? ¿Qué he aprendido en esta entrevista?
- ¿Qué debo evitar? ¿Qué es lo que puedo mejorar?





## 10. INCORPORACIÓN A LA EMPRESA

Si has seguido estos consejos es muy probable hayas conseguido el puesto de trabajo. Pero esto no termina aquí, debes seguir esforzándote por mantenerlo y/o progresar profesionalmente.

Recuerda que cuando accedes a un puesto de trabajo puede suceder que:

- **El puesto coincida con tu objetivo profesional**

- Tienes que esforzarte para progresar profesionalmente
- No olvides valorar la formación y experiencia que estás consiguiendo.
- Es una ocasión única para contrastar todos los pasos dados en la elección de tu objetivo y los argumentos que hayas construido para defenderla.
- Sigues teniendo la responsabilidad sobre tu carrera profesional, deberás seguir formándote y cuestionándote tu objetivo profesional.

- **Puede ocurrirte que el puesto no coincida con tu objetivo profesional principal, en este caso:**

Ten en cuenta que no tienes por qué conseguir tu objetivo profesional a la primera y que, a veces, para conseguirlo deberás realizar acciones formativas, o adquirir diferentes experiencias laborales o competencias.

No olvides valorar la adquisición de experiencia y conocimientos que pueda acercarte a tu objetivo profesional.

### **Ten presente que:**

- La incorporación a la empresa no supone el fin del proceso de selección.
- Las nuevas características y exigencias del empleo hacen que continuamente tengas que pasar una prueba de selección.
- Es importante afrontar de forma efectiva el compromiso.

## **11. PORTALES DE EMPLEO EN INTERNET Y APLICACIONES PARA MÓVILES**

Respecto a los **Portales Públicos**, destacamos en primer lugar “Empléate”, dependiente del ministerio del ramo, en el empresariado y trabajadores/as pueden inscribirse gratuitamente. Coordina las ofertas de trabajo de los Servicios Autonómicos de Empleo y los más importantes portales de empleo privados.

En nuestra Comunidad Autónoma existe el Portal de Empleo del ECYL. (los Servicios Autonómicos de Empleo tienen sus propios portales).

Hay un sinfín de **portales de empleo privados**, como puedes ver en el listado. Es clave saber gestionarlo, ya que, si te apuntas indiscriminadamente a todos los portales, es probable que dupliques ofertas y visualices demasiadas que no encajan con tu perfil.

Te recomendamos que primero te apuntes a InfoJobs, es generalista y existe un gran consenso en que es el que mejor funciona y tiene mayor número de ofertas.

Por supuesto, es casi imprescindible que estés inscrito en los portales web específicos de tu sector. Investiga el resto de



los portales y apúntate solo en aquellos que tengan ofertas interesantes para ti.

A continuación, tienes un listado de portales de empleo tanto generales como por sectores.

### **Generales:**

- <https://www.infojobs.net/>
- <http://www.infoempleo.com/>
- <http://www.trabajando.es/>
- <http://www.careerbuilder.es/>
- <http://www.laboris.net/>
- <http://www.jobandtalent.com/es>
- <http://trabajos.com/>
- <http://www.monster.es/>
- <http://worktodayapp.com/>
- <http://www.insertia.net/empleo/>
- <http://www.elcurriculum.com/>
- <https://www.woorker.com/>
- <http://www.pagepersonnel.es>
- <http://www.michaelpage.es/index.HTML>

### **Jóvenes y estudiantes:**

- <http://www.studentjob.es/>
- <http://www.primerempleo.com/>
- <http://emplea.universia.es/>
- <http://www.empleo-jovenes.com/>
- <http://www.welcomemytalent.com/>
- <https://www.bewanted.com/>

### **Mayores de 45 años:**

- <http://www.empleosenior.org/12.html>
- <http://www.experteer.es/>
- <http://plus40net.trabajando.es/>

## APLICACIONES PARA MÓVILES

El mundo del trabajo y la búsqueda de este está cada día más ligado a las nuevas tecnologías, y entre ellas, a las apps creadas para smartphones o tabletas. Es una opción más que nos puede facilitar la búsqueda de empleo y por eso la mayoría de las páginas de búsqueda de empleo han creado sus propias aplicaciones para teléfonos móviles.



Como ya hemos comentado **InfoJobs** es uno de los portales de empleo más populares en España y su app se considera la mejor para buscar trabajo. Para comenzar a utilizarla basta con introducir los datos personales, de formación y experiencia que solicita. Permite adjuntar cartas de presentación diferenciadas y cuenta con un sistema de alertas de empleo.

La mayor parte de los portales web de empleo tienen sus correspondientes aplicaciones para dispositivos móviles (apps).



### **Apps** destacadas para tu búsqueda de empleo

- ▶ Indeed Jobs App
- ▶ Job and talent
- ▶ CornerJob
- ▶ Mitula empleo
- ▶ Job Today
- ▶ Trovit Empleo
- ▶ Work Today
- ▶ Monster App
- ▶ Turijobs
- ▶ Apps de los Servicios Públicos de Empleo
- ▶ Eures, la app oficial para buscar trabajo en Europa

Es importante que recuerdes lo siguiente para aprovechar mejor las ofertas:

- **Define tus objetivos:** fijate bien en el tipo de trabajo que quieres y no olvides que tus habilidades deben estar acorde a ellos.
- **Revisa constantemente las opciones:** al principio nada es fácil, así que no te des por vencido/a si en las primeras de cambio no se da lo que estás buscando. Ser persistente es una clave para el éxito, así que revisa constantemente las Apps.
- **Especializa tu perfil:** coloca tus años de experiencia, tus estudios, en lo que has trabajado y sácale el máximo provecho a esas líneas que te ayudan a potenciar tus posibilidades.

**Te recomendamos descargarte la App del ECYL**



## **12. REDES SOCIALES PARA BÚSQUEDA DE EMPLEO**

Los datos confirman que cada vez más empresas y más reclutadores/as usan las redes como un método más de selección de personas candidatas, y que buscan en Google, lo que llamamos «Googlear» a las posibles candidaturas, para ver cuál es su presencia en redes.

Las redes sociales no solo sirven para compartir fotos y vídeos de tus mejores momentos o para interactuar con familiares y amistades, sino que también tienen un uso profesional. Solo tienes que cambiar el enfoque, tener claro tu objetivo y diseñar una estrategia. En este apartado te contaremos cuáles son las redes sociales para buscar empleo más utilizado y efectivo, y te daremos algunos consejos para que saques el máximo partido y sepas trazar esa estrategia.

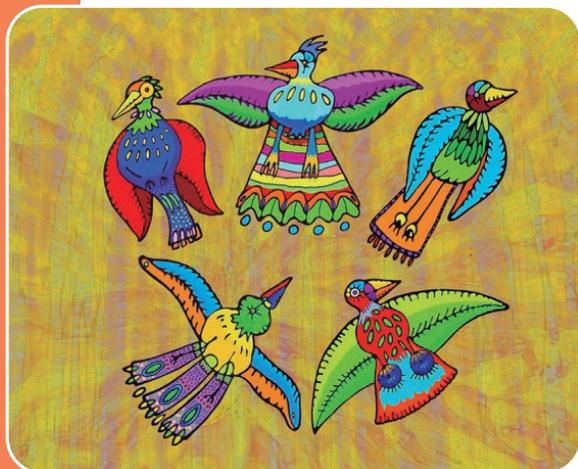


## Consejos para encontrar trabajo utilizando las redes sociales

- Completa toda la información de tu perfil al máximo detalle.
- Prioriza en los conocimientos y experiencia, todo aquello que tenga que ver con el puesto al que estás optando.
- Utiliza **fotos profesionales** donde aparezcas sonriendo, con una ropa formal y mejor si hay un fondo blanco o que no llame demasiado la atención, para que el protagonista seas tú.
- Diseña una **estrategia de contenidos** para compartir publicaciones relacionadas con tu sector y organizarte con antelación.
- Ten una **frecuencia constante y elevada**, si quieres conseguir resultados lo antes posible y que la mayor cantidad de personas te conozca y se acuerde de ti.
- Define tu **propuesta de valor**: qué sabes hacer y qué puedes aportar a una empresa tú que otra persona no. Qué te hace especial, ya sea tu personalidad o tu metodología de trabajo, o alguna habilidad que pocos profesionales tengan.
- Puedes **crear tu propia página web** y acondicionarla a modo de currículum digital para enviarle la URL a las empresas y que vean lo que sabes hacer de forma mucho más atractiva y distinta al resto de candidatos que envían un Currículum tradicional.

- Créate un documento **Excel** con las empresas de tu sector que más te interesan, con su página web y contacto, así como el nombre de una persona de contacto, y márcate el objetivo de contactar con 10 a la semana, por ejemplo.
- Contacta de forma personalizada por correo electrónico, buscando previamente quién puede ser la persona responsable de recursos humanos o quien se encargue de toda la cuestión de empleo.
- Prueba a llamar por teléfono a la empresa expresando tu interés en enviar tu currículum para trabajar con ellos/as, y presentándote brevemente con tu propuesta de valor.
- Insistimos: no desistas y sé constante, en algún momento ese puesto de trabajo que tanto buscas llegará. **Lo importante es salir a por él y hacerte visible.**

En la búsqueda de empleo, las redes sociales se han convertido en una herramienta esencial



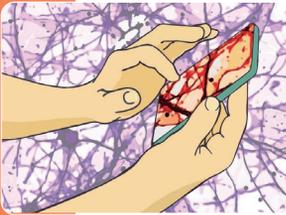


**Te presentamos a continuación algunas de las más utilizadas.**



**LinkedIn** Es la red social y profesional por excelencia.

Cuenta en España con más de 12 millones de usuarios/as en la actualidad y casi 1.000 millones en el mundo, posicionándose como la red para buscar empleo, establecer contactos y acuerdos profesionales, y captar potenciales clientes en negocios.



El problema está en que **muchas personas no saben sacar partido a esta plataforma. De tal manera que** cuando buscan empleo en esta red social, se limitan a crear un perfil y aplicar a todas las ofertas que ven en la sección de “Empleos”. Y no se dan cuenta de que:

- Las empresas analizan, no solo el contenido del perfil, sino las publicaciones que la persona usuaria haya creado y compartido recientemente.
- Muchas personas reclutadoras y profesionales de RRHH que buscan personal no lo hacen a través de una oferta de empleo, sino analizando perfiles profesionales relacionados con el puesto que quieren cubrir.

Por lo tanto, ¿qué tienes que hacer si vas a utilizar las redes sociales para buscar empleo y te interesa LinkedIn?. Lo primero, optimizar tu perfil.

No debes solo añadir la información académica y la experiencia que tienes, sino **poner un titular que diga en pocas palabras lo que puedes aportar** a la empresa que te contrate, qué es lo que sabes hacer.

Y esa propuesta de valor y todo lo que te diferencia como profesional, comunicarlo también en el “Extracto” o “Acerca de”.

Mucha gente deja vacía este espacio, cuando **la mayoría de responsables de personal lo leen** para conocer más a la persona.

Y por supuesto... añadir una foto profesional de perfil (nada de selfies, fotos de orla o momentos de ocio informales) y una foto de portada relacionada con tu sector.



**Y como consejo, si utilizas LinkedIn para encontrar trabajo, es que busques las webs de las empresas que más te interesan, analices quién es el responsable de recursos humanos o el CEO, y conectes con un mensaje personalizado a través de LinkedIn.**



## Instagram

Lo sabemos, Instagram es una red social donde reina mucho el postureo y el mundo “influencer”. ¿Cómo va a ser una red social para buscar trabajo? Pues créenos que sí, que se puede.

No porque esté habilitada para que las empresas suban ofertas de empleo y puedas aplicar a ellas. Sino en el sentido de que, tanto si eres un profesional que busca empleo por cuenta ajena como si ofreces servicios como freelance, puedes crear contenido relacionado con tu sector y de esta forma posicionarte como especialista en tu temática.

Con contenido atractivo en el diseño y con textos que generen curiosidad, que tengan un lenguaje conversacional y que se haga ameno. Trata conceptos relacionados con el puesto de trabajo que estás buscando o ejerces, para demostrar tus habilidades y conocimientos en el área.



## Xing.

Tiene cierta similitud a LinkedIn, y cuenta con un montón de ofertas de empleo de cualquier sector. De igual forma, solo tienes que crear un perfil y además de poder aplicar a estas ofertas, puedes

gestionar tu propia red de contactos y conectar con profesionales que te interesen.

En las búsquedas de contactos y empleos, tienes multitud de filtros para hacerlo de forma más avanzada, buscando según nombre, intereses, ciudad, empresa, etc.

Además, algo muy interesante de Xing es que cuenta con foros por temáticas donde puedes debatir sobre temas específicos, hacer preguntas y mostrarte como profesional en tu área, lo que te ayudará a hacerte visible a personas que estén interesadas por los mismos temas.



## “X” antes Twitter

Con su formato breve y dinámico, ofrece una vía inesperada pero eficaz para encontrar oportunidades laborales.

Antes de lanzarte a buscar empleo, tu perfil **debe reflejar una imagen profesional**. Utiliza una fotografía nítida y clara en la que aparezcas bien vestido. Es muy importante que tu biografía sea precisa y que describa tus habilidades y experiencia en el campo que te interesa.

**Usa etiquetas de manera estratégica:** La búsqueda de empleo no es una actividad pasiva, y en X puedes tomar la iniciativa usando etiquetas (hashtags). Busca etiquetas como #empleo, #trabajo o #ofertalaboral seguidas del nombre de tu ciudad o sector.

**Identifica a las empresas y personas clave en tu sector** y síguelas. A menudo, publican ofertas de trabajo o comparten contenido que podría ayudarte a mejorar tus habilidades y conocimientos.

**Participa en conversaciones y destaca tu experiencia:** Ser un/a mero/a observador/a no es suficiente. Interactúa con publicaciones relacionadas con tu sector, aporta tus ideas y muestra tu experiencia. A medida que te conviertas en participante activo/a, aumentarás tu visibilidad y credibilidad.

**Mantén la profesionalidad:** Recuerda que todo lo que publicas se convierte en parte de tu marca personal. Evita comentarios controvertidos o inapropiados. Tu objetivo es mostrar lo mejor de ti mismo a posibles empleadores y empleadoras.

**Crea contenido propio.** Elaborar y compartir contenido propio, como artículos de blog o infografías, puede establecerte como una persona experta en tu campo. Esta estrategia no solo te da visibilidad, sino que también muestra tu compromiso y habilidades.



### BeBee

Se trata de una red social nacida en España centrada en la marca personal. En base a tus intereses profesionales, podrás encontrar ofertas de empleo, contactar con profesionales del sector y crear tu propio blog.

Está enfocada principalmente al "Networking" entre mujeres. La finalidad de esta red social es fomentar el talento femenino en los diferentes sectores profesionales. Su funcionamiento es muy parecido al de las otras redes sociales, permite crear un perfil de usuario/a y acceder a diferentes contenidos de desarrollo profesional.



### Whatsapp

Un estudio publicado por la Fundación de Adecco indica que 7 de cada 10 españoles creen que Whatsapp es una buena herramienta para buscar empleo y contactar con empresas y reclutadores. Whatsapp, en definitiva, puede ser una oportunidad a la hora de buscar trabajo, como sucede con el resto de redes sociales.

### RECUERDA

- Dos de cada tres trabajos se consiguen a través de recomendaciones de familiares, amistades y personas conocidas, de modo que ampliar, mantener y cuidar esa red de contactos sirve para tener más posibilidades de encontrar un empleo
- En los mensajes de Whatsapp es muy difícil captar sensaciones como la ironía y es habitual que surjan malentendidos.
- Ten en cuenta que todo lo que escribas en Whatsapp permanecerá en el dispositivo de la persona destinataria hasta que decida borrarlo.



## Facebook

Tienes dos opciones, crear un perfil de Facebook exclusivamente para buscar trabajo (recomendable) o usar el que ya tienes.

Si el perfil es para buscar empleo debes incluir un breve resumen de tu trayectoria. No es necesario que lo trabajes tanto como el "Extracto de LinkedIn", debes incluir formación si es relevante para el puesto que estás buscando (sobre todo si es universitaria), años de experiencia y en qué áreas, última experiencia, funciones más relevantes y habilidades más representativas

En el apartado Información básica y de contacto, puedes dejar como visible tu correo electrónico para que las empresas reclutadoras se pongan en contacto contigo aunque también tendrán la opción de enviarte un mensaje vía Facebook. Toda esta información la debes dejar como pública si quieres que una empresa te encuentre y la vea.

### **Acciones para buscar trabajo en Facebook**

- Busca contactos útiles.
- Elige las empresas que te interesan profesionalmente, prioriza y selecciona.
- Comparte Información.

### 13. MARCA PERSONAL Y BÚSQUEDA DE EMPLEO

En un mercado de trabajo con un exceso de profesionales y una extinción de los «antiguos empleos», es imprescindible diferenciarse para seguir «sobreviviendo»

La marca personal es un concepto que surgió hace más de 20 años. En estos últimos años ha llegado hasta nosotros/as (sobre todo en el área de los Recursos Humanos), fomentado por la formación en las escuelas de negocio y, posteriormente, por las redes sociales. Son éstas las que han actuado como catalizadores para difundir este concepto con mucha fuerza en la globalidad de ámbitos.



La marca personal significa **“construir nuestro propio marketing”**, mejorando y aumentando nuestra notoriedad en el mercado laboral. Una buena y trabajada marca personal va a pasar de ser una ventaja, hoy ya indiscutible, a ser algo bastante habitual. Con ello, prácticamente se ha convertido en un requisito indispensable en el momento de postularnos a nuevos horizontes profesionales.

Crear una marca personal no es otra cosa que conocernos poniendo en valor las competencias y características que nos hacen sobresalir.

Si estamos buscando empleo, es fundamental utilizar las redes sociales de forma acorde a nuestro perfil profesional.

## 14. HERRAMIENTAS DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL (IA) PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO

La Inteligencia Artificial está llegando a todos los ámbitos y el mercado laboral no es una excepción.

¿Sabías que existen diferentes herramientas de Inteligencia Artificial (IA) que pueden ayudarte en la búsqueda de empleo? Te mostramos algunas de ellas:

Es la herramienta de IA más conocida y puede tener aplicación en la búsqueda de empleo, de diversas formas, destacando las siguientes:



ChatGPT

**Orientación profesional**, realizando preguntas relacionadas con la búsqueda de empleo, como el tipo de habilidades más demandadas en ciertos sectores.



vmock

**Asesoramiento para el currículum**, recibiendo ayuda para estructurarlo de forma efectiva y resaltar las habilidades y experiencias de forma atractiva para los/as empleadores/as.

**Preparación de entrevistas**, practicando preguntas comunes y recibiendo sugerencias sobre cómo responder de manera efectiva.



kickresume

Se define como “el creador de currículums más poderoso del mundo”. Permite crear currículum y cartas de presentación, a través de diferentes plantillas, y sin necesidad de habilidades gráficas.

Esta aplicación utiliza algoritmos que comparan nuestro currículum con aquellos más exitosos, ofreciéndonos retroalimentación y feedback para mejorarlo en contenido y formato.

FUENTE: **IRENE GIL**. ADECCO 10 de JULIO de 2023.



## 15. BIBLIOGRAFÍA

- Ayuntamiento de Salamanca. Sección de Empleo
- Servicio Público de Empleo de Castilla y León (ECYL)
- Guía del Servicio Navarro de Empleo,
- Guía del Servicio Madrileño de Empleo.
- Guía del Servicio Andaluz de Empleo
- TodoFP. Ministerio de Educación.
- SEPE
- Escuela de marketing.
- Marketingandweb.es: Redes Sociales para buscar empleo.
- SISPE
- Servicio Público Extremeño de Empleo.SEXPE
- Servicio Andaluz de Empleo
- InfoJob
- Adecco
- Tutrabajo.org
- Escuela MARKETING AND WEB
- LinkedIn
- <https://cfoadeso.com/cursos-para-desempleados/>
- <https://www.rtve.es/play/videos/aqui-hay-trabajo/>
- Chat GPT

## 16. RECURSOS PARA LA BÚSCUDA DE EMPLEO

### RECURSOS ESTATALES

**Fundación Tripartita.**

<https://www.fundae.es/>

**Servicio público de empleo estatal:**

<https://www.sepe.es/HomeSepe/es/>

**Instituto de la mujer:**

<https://www.inmujeres.gob.es/>

### RECURSOS AUTONÓMICOS

**JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN/ EMPLEO:** [www.jcyl.es](http://www.jcyl.es)

**AGENCIA DE DESARROLLO ECONOMICO:** <https://empresas.jcyl.es/web/es/empresas-castilla-leon.html>

### RECURSOS PROVINCIALES

**GERENCIA PROVINCIAL ECYL DE SALAMANCA.**

**Oficina de Empleo de San José (Salamanca).**

Avda. Hilario Goyenechea, 2-40, 37008 Salamanca

Teléfono: 923 216709

**Oficina de Empleo de San Quintín (Salamanca).**

C/Catalañazor, 5-11, 37001 Salamanca Teléfono: 923 267061

**ORGANISMO AUTÓNOMO DE EMPLEO  
Y DESARROLLO RURAL (O.A.D.E.R.)**

**Diputación de Salamanca –(COORDINACIÓN).**

Avda. Carlos I, 64 – Salamanca Teléfono 923 280916

<http://www.lasalina.es/economiayhacienda/empleoydesarrollo/>

**CAMARA DE COMERCIO.**

Plaza de sexmeros, 2. Teléfono: 923 211 797

<https://www.camarasalamanca.com/>



## **CONFAES**

Plaza de San Román 7 – Salamanca. Teléfono: 923 261626

<https://www.ceoecepymesalamanca.com/>

## **RECURSOS LOCALES.**

### **Centro de Formación y Orientación Laboral (CEFOL).**

Ayuntamiento de Salamanca

C/ Profesor Lucas 5-7, 37006. Salamanca (Centro Miguel de Unamuno) Tfno. 923 25 20 01

[cefol@aytosalamanca.es](mailto:cefol@aytosalamanca.es)

[www.aytosalamanca.es](http://www.aytosalamanca.es)

### **Espacio Joven.**

Ayuntamiento de Salamanca

C/ José Jáuregui 16, 37002. Salamanca. Tfno. 923 28 11 01

[empleoespaciojoven@aytosalamanca.es](mailto:empleoespaciojoven@aytosalamanca.es)

[www.espaciojovensalamanca.es](http://www.espaciojovensalamanca.es)

### **Servicio Orientación Universitario/a.**

Universidad de Salamanca

<https://www.usal.es/promocion-informacion-y-orientacion-spio>

### **Servicio Orientación Laboral al Universitario/a.**

Universidad Pontificia de Salamanca

<https://www.desarrollo.upsa.es/servicios/servicio-de-orientacion-laboral>

## **PORTALES DE EMPLEO**

- [www.infojobs.net](http://www.infojobs.net)
- [www.tutrabajo.org](http://www.tutrabajo.org)
- [www.infoempleo.com](http://www.infoempleo.com)
- [www.trabajos.com](http://www.trabajos.com)
- [www.monster.com](http://www.monster.com)
- [www.jobtoday.com](http://www.jobtoday.com)
- [www.empleate.gob.es](http://www.empleate.gob.es)
- [www.turjobs.com](http://www.turjobs.com)
- [www.linkedin.com](http://www.linkedin.com)

## **PORTALES DE EMPLEO ESPECIALIZADOS**

- [www.tecnoempleo.com](http://www.tecnoempleo.com)
- [www.domestika.org](http://www.domestika.org)
- [www.ticjob.es](http://www.ticjob.es)
- [www.hosteleriasalamanca.es](http://www.hosteleriasalamanca.es)

## **METABUSCADORES**

- [www.indeed.es](http://www.indeed.es)
- [www.trovit.es](http://www.trovit.es)
- [www.jobble.es](http://www.jobble.es)
- [www.caritasalamanca.org](http://www.caritasalamanca.org)
- [www.insertaempleo.es](http://www.insertaempleo.es)
- [www.milanuncios.com](http://www.milanuncios.com)



## **EMPRESAS DE SERVICIOS**

### **GRUPO LIMCASA**

<https://grupolimcasa.es/canalempleo.html>

Email: info@grupolimcasa.es. Teléfono: 923 28 11 94

Dirección: C. Primera, 1, Polígono El Montalvo. 37188. Carbajosa de la Sagrada, Salamanca

### **EULEN**

Av de Lasalle, 173, 37008, Salamanca

Teléfono: 923 19 37 76

<https://www.eulen.com/es/unete-a-nosotros>.

### **GRUPO NORTE**

<http://grupo-norte.es/>

### **GRUPO CLECE**

<https://www.canaldeempleo.es/CLECE>

### **GRUPO SIFU**

<https://www.gruposifu.com/trabaja-nosotros>

## **CENTROS ESPECIALES DE EMPLEO**

### **ANTÓN CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO, S.L.**

<https://grupo-anton.com/empleo/>

C/ Antonio Montesinos, 14 37003- Salamanca

Teléfono: 923 18 68 59

### **EXPLOTACIÓN ESTACIÓN DE SERVICIO, S.A.**

C/ Pizarro, nº 18 37184 - Villares de la Reina Salamanca

Teléfono: 923 22 03 51



### **SALARCA, S. COOP. DE INICIATIVA**

Dirección: Ctra. comarcal C-510, Km. 1.300 37900-Sta. Marta de Tormes. Salamanca Teléfono: 923186893

Email: [asprodes@asprodes.es](mailto:asprodes@asprodes.es)

<https://asprodes.es/salarca-cooperativa/>

### **SOCIEDAD COOPERATIVA DE INICIATIVA SOCIAL PORSIETE**

Email: [info@porsiete.org](mailto:info@porsiete.org)

<https://porsiete.com/>

Calle Nobel, 13, Polígono El Montalvo II · 37008 Salamanca  
Tfno. 923 190 990

### **LA PLATA, S.L.**

C/ Pinilla, nº 14 · 37188 Carbajosa de la Sagrada. Salamanca  
Teléfono: 923 19 09 90

### **INTEGRACYL**

<https://www.integracyl.es/>

C/ Bernardo Dorado, 16 bajo

37008 Salamanca · Teléfono: 923 28 11 94

### **SAMSI SOCIAL CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO**

<https://www.samsic.es/quienes-somos/>

Email: [hola@samsic.es](mailto:hola@samsic.es)

Edificio M3, C/ Adaja

37187 Villamayor de Armuña. Salamanca

Teléfono: 947 23 02 52

### **SERENTEL S.L.**

Pl. In. Los Villares C/ Guatemala nº 26

37184 Villares de la Reina. Salamanca “ Teléfono: 923 37 03 35



### **CENTRO ESPECIAL DE EMPLEO GENSER, S.L.**

*<https://limpiezagsenser.com/centro-especial-de-empleo/>*

Pza de Irlandeses 2

37002 Salamanca · Tel.: 923 19 09 90

### **GRUPO SIFU CASTILLA Y LEÓN, S.L.**

*<https://www.gruposifu.com/trabaja-nosotros>*

Plg. Ind. El Montalvo III, Calle Segunda 45,

edificio PENHOUSE, local 205 37188

Carbajosa de la Sagrada. Salamanca · Tel.: 610 57 46 38

### **EMPRESAS DE TRABAJO TEMPORAL**

#### **ANANDA GESTIÓN**

Email: *[salamanca@ananda.es](mailto:salamanca@ananda.es)*

Página Web de empleo: *<https://www.ananda.es/>*

Teléfono: 923 22 66 16

Dirección: Av. Alfonso IX, 42, 37004, Salamanca

#### **ADECCO**

Página Web de empleo: *<https://www.adecco.es/>*

Teléfono: 923281338

Dirección C/ María Auxiliadora, 2 , Entreplanta, Salamanca 37004

#### **RANDSTAD**

Página Web de empleo: *<https://www.randstad.es/>*

Teléfono: 923 26 23 08

Dirección: C/Toro, 84-90 - of. 8, 37002, Salamanca

c/ Zamora 67 · 37002 Salamanca

#### **FLEXIPLAN (GRUPO EULEN)**

Página Web de empleo: *<https://flexiplan.eulen.com/>*

Teléfono: 923 193 776

Avda. de la Salle, 173 · 37008 Salamanca.



### **GRUPO CRIT**

<https://www.grupo-crit.com/>

Teléfono: 923 63 00 00

Av. De Mirat 35-39 · 37005, Salamanca

### **MANPOWER**

<https://www.manpower.es/>

Paseo de Canalejas 56 bajo · 37001 Salamanca España.

Horas. 09:00-18:00 Sábados-Domingos: Cerrado.

Teléfono 923 21 68 46

## **ENTIDADES Y ASOCIACIONES EN SALAMANCA**

### **CÁRITAS EMPLEO SALAMANCA:**

<https://www.caritasalamanca.org/que-hacemos/insercion-laboral/empleo/>

### **CRUZ ROJA SALAMANCA:**

<https://www.cruzroja.es/principal/web/provincial-salamanca>

**YMCA:** <https://www.ymca.es/salamanca>

### **ASPRODES Plena Inclusión:**

<https://asprodes.es/empleo-y-formacion/>

### **ACCIÓN LABORAL:**

<https://www.accionlaboral.com/es>

### **ASECAL:**

<https://www.asecal.org/asecal/>

### **SIPPE USAL.**

Servicio de Inserción Profesional, Prácticas y Empleo. Universidad de Salamanca:

<https://empleo.usal.es/>



## SINDICATOS

### COMISIONES OBRERAS CCOO:

<https://castillayleon.ccoo.es/Salamanca>

### UGT:

<https://ugtcl.es/web/uniones/ugt-salamanca>

### CGT:

<http://www.cgtsalamanca.org/>

## EMPLEO PÚBLICO

### Buscador de Convocatorias de Empleo Público:

<https://administracion.gob.es/pagFront/empleoBecas/empleo/buscadorEmpleo.htm>

## EMPRESAS DE INSERCIÓN

### MIRAVÉR INTEGRACIÓN PUENTE LADRILLO, S.L.

Actividad económica: Limpieza y ayuda a la dependencia.  
C/ Borneo, 27-29, Bajo. 37003 Salamanca  
<https://miraverintegracion.wordpress.com/>

### TODOSERVICIOS MÚLTIPLES, S.L.

Actividad económica: Control de calidad de plásticos.  
Manipulación, reciclaje y residuos.  
C/ Almendralejo, 1, Bajo. · 37008 Salamanca  
<http://www.asdecoba.org/empleo/>

### ASPRODES INSERCIÓN, S.L.U.

Actividad económica: Cultivo de hortalizas, raíces y tubérculos.  
Elaboración de platos de comidas preparadas.  
Comercio menor de flores y plantas.  
C/ Mariseca, 1 Bajo. 37003 - Salamanca  
<https://asprodes.es/>



### **ALCÁNDARA INSERCIÓN LABORAL, S.L.U.**

Actividad económica: Agricultura. Ganadería.

Industria Textil. Servicios educativos y de ocio.

Carretera Alba de Tormes Km 2

37188 Carbajosa de la Sagrada. Salamanca.

*[https:// proyectohombresalamanca. es/fundacion-alcandara](https://proyectohombresalamanca.es/fundacion-alcandara)*

### **ECOTONO INTEGRACIÓN, S-L-U.**

Actividad económica: Actividades de ocio y tiempo libre para la juventud. Actividades de animación sociocultural.

Colaboración con centros educativos

y entidades sin ánimo de lucro.

C/ Santiago 1, Bajo. 37008 Salamanca

### **RECURSOS DE ATENCIÓN A LA MUJER**

#### **CENTRO DE INFORMACIÓN Y ASESORAMIENTO A LA MUJER (CIAM)**

Calle Lugo, 9. 37003 Salamanca

Teléfono: 923 18 75 44

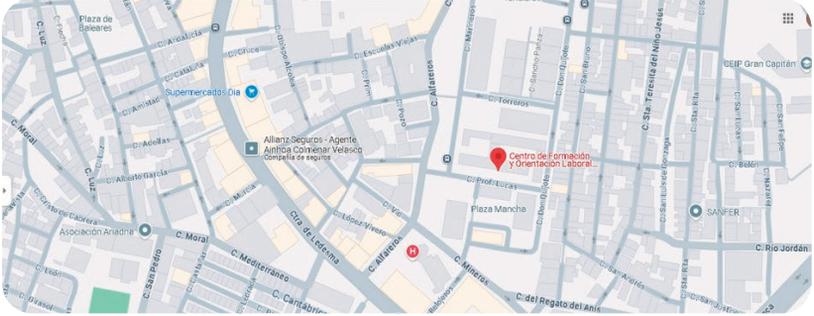
*<https://www.aytosalamanca.es/w/ciam>*



**Ayuntamiento  
de Salamanca**



**GUÍA PRÁCTICA PARA LA BÚSQUEDA DE EMPLEO**  
Centro de Formación y Orientación Laboral.  
Ayuntamiento de Salamanca



## **¿DÓNDE PUEDES ENCONTRARNOS?** **CENTRO DE FORMACIÓN Y ORIENTACIÓN LABORAL (CEFOL)**

C/ Profesor Lucas Nº 5-7, 1ª planta · 37006 Salamanca

Teléfono: 923 25 20 01

Correo electrónico: [cefol@aytosalamanca.es](mailto:cefol@aytosalamanca.es)

### **REDES SOCIALES:**



**Instagram** @cefolsalamanca



**Facebook:** CEFOL Salamanca



**LinkedIn:** CEFOL Formación y Orientación Laboral



**Ilustraciones J. García Plazuelo.**  
**@yos303** <https://www.instagram.com/yos303>

**¡LIDERA TU FUTURO. TRABAJA  
TU EMPLEABILIDAD!**





CEFOL

**Ayuntamiento de Salamanca**  
**Edición 2024**

**CENTRO DE FORMACION Y ORIENTACION LABORAL (CEFOL)**

C/Profesor Lucas nº 5-7, 1ª planta, 37006 Salamanca

Tel.: +34 923 25 20 01

[cefol@aytosalamanca.es](mailto:cefol@aytosalamanca.es)

[www.aytosalamanca.es](http://www.aytosalamanca.es)



**Ayuntamiento  
de Salamanca**



ISO 9001/2015 CERTIFICADORA ACREDITADA POR ENAC