



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

COSP

Centro per l'Orientamento allo Studio e alle Professioni

8 maggio
2025

***CV EFFICACE E LETTERA
DI PRESENTAZIONE***

A cura di **CHIARA TRAMONTANA** e **MARTA COLOMBO**

Ufficio Orientamento Post-Laurea e Placement

COSP - Centro per l'Orientamento allo Studio e alle Professioni



LA STATALE
Career Service

Obiettivi: di cosa parleremo?



- ✓ **Imparare a scrivere un CV efficace**
- ✓ **Imparare a scrivere una lettera di presentazione efficace**
- ✓ Capire a cosa servono i processi di selezione
- ✓ Conoscere le fasi di un processo di selezione
- ✓ Imparare ad affrontare il colloquio di selezione (individuale e di gruppo)

DOPPIO BINARIO

***PARTECIPAZIONE
ATTIVA***



Il processo ideale di creazione di “buon” Curriculum Vitae

- **Costruzione di un progetto professionale**

Cosa? (professioni, settori, ecc.)



- **Individuazione delle realtà/opportunità di interesse**

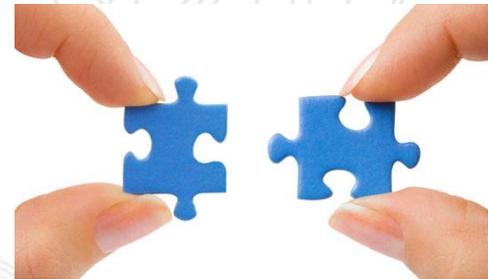
Dove? (aziende, associazioni, ecc.)



- **Creazione di un CV «ad hoc»**

Personalizzazione: esperienza, motivazione, competenze, ecc.

Perché l'azienda dovrebbe scegliere te?



Ma prima di parlare del CV...

Occorre affrontare i seguenti temi:

- **Per quale ruolo mi candido?** - identità professionale
- **Parole chiave** - perché sono importanti?
- **Gli annunci** - cosa mi dicono e come influenzano il CV?



Parole chiave: gli annunci (Tecnico chimico)

Tecnico di laboratorio chimico (Apprendistato)

Genova

1 giorno fa · 61 candidati

Guarda chi è stato assunto da per questo ruolo

Candidati

Salva

Invia un messaggio diretto all'autore dell'offerta di lavoro da

Director - Genova

TECNICO DI LABORATORIO CHIMICO (APPRENDISTATO)

è una società italiana che da oltre quarant'anni opera nel campo della consulenza direzionale in materia di ambiente e sicurezza sul lavoro, supportando i propri clienti nei processi di compliance aziendale e di miglioramento delle performance aziendali.

Fondando i propri successi sulla professionalità ed esperienza di un network di oltre 100 specialisti, mette a disposizione la propria expertise per garantire miglioramento del benessere dell'azienda e dei suoi dipendenti, la qualità e l'efficienza dei processi aziendali, la tutela dell'ambiente.

Introduzione alla posizione

Siamo alla ricerca di una figura junior laureata in chimica, o in materie tecnico-scientifiche affini, con pregressa esperienza, anche minima, nell'ambito di preparativa, analisi e sviluppo/validazione metodi in GC tradizionale, GC-MS e HPLC su matrici ambientali per attivare un percorso di crescita in apprendistato all'interno del team del laboratorio chimico.

Requisiti

- Laurea triennale preferibilmente in chimica o in materie tecnico-scientifiche affini.
- Pregressa esperienza, anche minima, nell'ambito di analisi e sviluppo/validazione metodi in GC tradizionale e GC-MS e HPLC su matrici ambientali.
- Grande precisione, ottime capacità di lavoro in team, autonomia sul ruolo e affidabilità.

Riepilogo offerta

Durata: 30 mesi (finalizzato all'inserimento).

Orario di lavoro: Full time, 40 ore settimanali.

Sede di lavoro: Genova.

Disponibilità: Immediata.

Residenza: Genova.

Inserimento iniziale con contratto di apprendistato professionalizzante.

L'annuncio fa riferimento ad ambo i sessi.

La ricerca ha carattere di urgenza.

I candidati ambo sessi (D.lgs n. 198/2006) sono invitati a leggere l'informativa privacy ai sensi degli artt. 13 e 14 del Reg. EU 679/2016 al seguente indirizzo: https://sige.ge.it/images/documenti/Informativa_Privacy_Web_per_Form_contatto.pdf

Meno dettagli ^

Tipo di impiego

A tempo pieno





Project Leader Mass Spectrometry - Azienda Farmaceutica

Milano, LOM

Candidati ora



SALARIO €30000 - €31000 / All'anno

TIPO DI CONTRATTO Full-Time, Tempo Indeterminato

LOCALITÀ Milano, LOM

PUBBLICATO 5 giorni fa

Descrizione

- Project Leader Mass Spectrometry
- Azienda Farmaceutica

Il nostro cliente

Il nostro cliente è una realtà Farmaceutica di respiro internazionale

Ruolo

Ricerchiamo unprofilo da **Project Leader** con particolare competenza sulle differenti **tecniche di Mass Spectrometry**, da inserire all'interno del dipartimento Quality Control.

- Coordinare progetti legati a Mass Spectrometry
- Coordinare attività operative inerenti progetti assegnati
- Fornire supporto nell'utilizzo di strumentazione ICP -MS, GC -MS, HPLC - MS, IR -UV-VIS
- Gestire la comunicazione con clienti nazionali e internazionali
- Gestione della documentazione inerente progetti assegnati

Il candidato prescelto

- Laurea in Chimica, CTF o Biotecnologie;
- Esperienza almeno biennale in Laboratorio e nell'uso di strumentazione come IR, UV-VIS, Assorbimento Atomico, HPLC e ICP;
- Saranno considerati un plus la pregressa esperienza nella gestione del personale e aver lavorato in GMP;
- Buone capacità relazionali, organizzative e precisione;
- Ottima conoscenza della lingua inglese e del pacchetto Office;
- Residenza a Milano Nord Est o zone limitrofe;
- Disponibilità a lavorare su turni (nel fine settimana).

Cosa comprende l'offerta

Ottima Opportunità Professionale



A cosa serve il Curriculum Vitae?

A presentarti al meglio ...

Che cosa so?

Che cosa so fare?

Chi sono?

... per ottenere un colloquio di lavoro



Come si scrive un «buon» CV (anche a prova di AI)?



Il **tempo medio di lettura** che un selezionatore dedica ad un CV è di **30 secondi**



Il CV deve essere:

- **SINTETICO** 1 o 2 pagine
- **CHIARO** sia nei contenuti che nella struttura
- **PERSONALIZZATO** deve tenere conto del destinatario

Quindi:

- cura la **formattazione**
- cura l'**ordine** delle informazioni
- evidenzia i **punti di forza** e le **parole chiave**
- usare un **template semplice e lineare**
- non inserire informazioni importanti o i recapiti **nell'intestazione e/o nel piè di pagina**



Cosa non può mancare in un “buon” Curriculum Vitae?

- INFORMAZIONI PERSONALI
- ISTRUZIONE E FORMAZIONE
- ESPERIENZE LAVORATIVE/PROFESSIONALI
- CONOSCENZA LINGUE STRANIERE
- COMPETENZE INFORMATICHE
- INFORMATIVA PRIVACY



INFORMAZIONI PERSONALI

FOTO SI O
FOTO NO?

- ✓ Residenza e domicilio
- ✓ Telefono
- ✓ Email
- ✓ Luogo e data di nascita
- ✓ Patente e se automuniti
- ✓ Social Network *professionali*
- ✓ *Varie (a seconda dei casi)*



ISTRUZIONE E FORMAZIONE

- ✓ SI - Dottorato di ricerca, Master, Lauree e Diploma
- ✓ SI - Erasmus
- ✓ SI - Abilitazioni professionali (se coerenti)
- ✓ NO - Corsi di lingue/informatica
- ✓ NO - Corsi di vario genere (tranne eccezioni)

- ❑ ORDINE CRONOLOGICO INVERSO

- ❑ COMPLETEZZA DELLE INFORMAZIONI



ISTRUZIONE E FORMAZIONE

Da settembre 2023 ad oggi

Iscritto/Laureando al **Corso di Laurea Magistrale in Molecular Biotechnology and Bioinformatics** (corso interamente svolto in Lingua Inglese)

Università degli studi di Milano

Media esami: **28/30**

Data prevista di laurea: ottobre 2025

(Voto di laurea / Titolo della Tesi / Relatore)

Contenuti della formazione

- *Esami caratterizzanti*
- *Obiettivi della formazione*
- *Strumenti e tecniche di laboratorio*
- *Thesis project (39 CFU!) - Può essere inserito nella sezione delle esperienze professionali*
- *Ecc.*

Luglio 2023

Laurea triennale in Biotecnologia
Curriculum: Biologico-industriale

Dove - voto - ecc.

Luglio 2019

Maturità Scientifica conseguita presso ...



ESPERIENZE LAVORATIVE/PROFESSIONALI

- Esperienze **LAVORATIVE**
valorizzando quello che può interessare al selezionatore
- Esperienze **PROFESSIONALI**
stage, tesi in azienda, ecc.
- Altre esperienze **SIGNIFICATIVE**
Attività associative, volontariato, attività sportiva, ecc.



ESPERIENZE LAVORATIVE/PROFESSIONALI

Periodo
(da mese a mese)

Stage presso Laboratorio biologico di **ENI - ENI POWER**
(San Donato Milanese)

Descrizione
dell'esperienza

- Ricerca in laboratorio a scopo ambientale
- Produzione di batteri in fermentazione
- Studi metabolici (principalmente desolfurazione)
- Sequenziamento del DNA
- Elettroforesi
- Estrazione di DNA batterico

Lavoro in team, utilizzo della lingua inglese, formazione interna sulle tecniche di laboratorio utilizzate (30h)

Periodo
(da mese a mese)

Collaborazione occasionale presso **Agenzia di moda FrancePlus** (Milano)

Descrizione
dell'esperienza

Gestione posta elettronica e telefono (italiano e francese), accoglienza clienti, supporto nella gestione dei contatti coi fornitori per gli eventi

Relazione con il pubblico, gestione dello stress, utilizzo della lingua francese.



LINGUE STRANIERE E INFORMATICA

- **CONOSCENZA LINGUE STRANIERE**

- Autovalutazione del livello di conoscenza
Inserire qui certificazioni, corsi, soggiorni all'estero, ecc.

- **COMPETENZE INFORMATICHE**

- Autovalutazione del livello di conoscenza dei diversi sistemi operativi, programmi, banche dati, ecc.
Inserire qui certificazioni e corsi.



Le competenze «personali»

In cosa **SEI BRAVO**?

Grazie a quali esperienze?
Chi lo dice?

ESEMPI

Quali aggettivi ti possono descrivere?
Diamo un nome ai nostri **PUNTI DI FORZA**
ed inseriamoli nel CV!



Competenze “personali”

Capacità di ragionamento

Problem solving
Analisi
Visione strategica
Orientamento al business
Pensiero strategico

Relazioni interpersonali
Comunicazione
Gestione di team
Lavoro di gruppo
Leadership
Ascolto

Capacità interpersonali

Capacità d'innovazione

Curiosità/open minded
Innovazione
Pensiero out of the box
Flessibilità

Capacità gestionali

Iniziativa
Proattività
Orientamento ai risultati
Decision Making
Organizzazione e Programmazione

Capacità emozionali

Energia
Tenacia
Gestione dello stress



Privacy

In Italia

inserire nel CV l'autorizzazione
al trattamento dei dati personali (**anche se non è
obbligatorio, ma solo fortemente consigliato**)

*“Ai sensi del D.Lgs.196/2003 e del GDPR (Regolamento UE
2016/679) autorizzo al trattamento dei miei dati personali”*



L'ultimo «check» prima dell'invio



-  Le informazioni sono aggiornate?
-  Ho riletto il CV? (*evitare errori ortografici e di battitura!!!*)
-  Le informazioni che ho deciso di inserire sono chiare e complete?
-  Ho valutato le esigenze informative del mio destinatario?
ho indicato i tempi e la disponibilità ad iniziare a lavorare?
ho indicato se sono disponibile a trasferte/trasferimenti?
-  Ho salvato il cv in FORMATO PDF?
-  Ho inserito l'autorizzazione per la privacy?



La lettera di presentazione



- La lettera di presentazione indica le ragioni per cui si propone la propria candidatura (**SCOPO**);
- Il suo contenuto deve catturare l'attenzione di chi la riceve e invogliarlo alla lettura del CV che la segue (**OBIETTIVO**);

Si possono distinguere due tipi di lettere di presentazione:

- ➔ la lettera di risposta ad un annuncio
- ➔ la lettera di candidatura spontanea (autocandidatura)



A cosa serve la lettera?

Nel poco tempo che avrai a disposizione dovrai presentarti e cercare di “colpire l’attenzione” del tuo interlocutore.

Il selezionatore cerca tre tipi di informazioni:

- il candidato è in grado di svolgere questo lavoro? (**COMPETENZE**)
- il candidato è interessato a quello che offre la mia azienda? (**MOTIVAZIONE**)
- il candidato può inserirsi con successo nella mia azienda? (**QUALITA' PERSONALI**)

Punta quindi su:

- **percorso formativo, competenze e punti di forza;**
- **motivazione/interesse rispetto all’azienda/posizione.**

Ricorda sempre di lavorare prima alla conoscenza dell’azienda che intendi contattare! *Chi sono? Cosa fanno? Cosa possono offrirmi e cosa posso offrire io? Perché vorrei lavorare in questa azienda?*



La lettera - Come strutturarla

La lettera di presentazione può essere ripartita in tre parti:

Introduzione (chi sono e perché vi scrivo)

Autopresentazione e **descrizione dei motivi** per i quali stai inviando la lettera

Corpo centrale (perché devo essere scelto e considerato)

- In risposta ad un annuncio: punti di forza, competenze specifiche e aspetti motivazionali in sintonia con il profilo ricercato
- Nel caso di candidatura spontanea: punti di forza, competenze specifiche e aspetti motivazionali in sintonia con l'Azienda

Conclusione (ringraziamenti, rimandi, saluti)

Formula di congedo (**si chiede sempre un colloquio conoscitivo**, non un lavoro)



Intelligenza artificiale e recruiting

AI (Intelligenza artificiale): Sistemi informatici, incorporati in hardware e/o software, che adottano un comportamento intelligente e interagiscono con l'ambiente circostante, con un grado variabile di autonomia, per raggiungere specifici obiettivi. (AI debole, forte o super AI)

Machine learning: Sistemi informatici che migliorano con il tempo grazie alla capacità di auto-apprendere per imitare il comportamento umano. L'algoritmo viene "educato" in modo che possa apprendere in maniera autonoma a partire da differenti situazioni ambientali

ATS - Applicant tracking system: Applicazione software che consente la gestione elettronica delle esigenze di reclutamento e assunzione. L'AI si integra negli ATS



Dalla Digital Reputation al Personal Branding

Spesso non ci rendiamo conto che lasciamo delle tracce, il più delle volte indelebili e universalmente disponibili, su chi siamo, cosa facciamo, cosa ci piace e come ci comportiamo.

Queste informazioni alimentano la cosiddetta **web reputation** e il nostro **personal branding** e costituiscono una fonte dalla quale chiunque e in qualunque momento può trarre notizie da cui derivare una considerazione positiva o negativa su di noi.

Molte aziende ricercano candidati e ne verificano la credibilità attraverso i social network.



Dalla Digital Reputation al Personal Branding

Percezione che emerge dall'analisi di tutto ciò che emerge dal web su un brand (o una persona)

La reputazione digitale (Digital Reputation) è l'immagine che ognuno di noi si costruisce sulla rete attraverso:

- **La condivisione di materiale e discussioni su forum, blog**
- **Articoli, commenti, recensioni e post**
- **Social Network**

Non sottovalutare l'immagine che emerge di te dai Social e Professional Network e, più in generale, dalla rete

La cura della Digital Reputation è sempre più rilevante in un'ottica professionale, specialmente in un contesto in cui il Social Recruiting è sempre più importante.



Dalla Digital Reputation al Personal Branding

Come si forma la reputazione digitale?

- ✓ Cerco la persona **online** (se trovo risultati)
- ✓ Leggo cosa **la persona racconta di sé** (post, video, etc.)
- ✓ Leggo cosa **gli altri dicono della persona** (recensioni, commenti, etc.)

È IMPOSSIBILE non comunicare
(primo assioma della comunicazione umana)

Tutti noi abbiamo una reputazione digitale da gestire!



L'importanza del networking

Cos'è il Networking?

E' la capacità di creare, gestire e sviluppare nel tempo una rete di **relazioni autentiche** (personali e professionali) basate sulla **fiducia reciproca e sul reciproco supporto**. L'obiettivo è diventare **costruttori di relazioni** (non opportunismo)

A cosa serve il Networking?

- Conoscere persone
- Aprirsi nuove opportunità
- Chiedere supporto e assistenza a persone «esperte»
- Fornire supporto e assistenza ad altri in qualità di persone «esperte»
- Condividere esperienze e arricchirsi
- Entrare potenzialmente in contatto con chiunque nel mondo
- Consolidare il proprio personal branding



LinkedIn

Sistema integrato che contiene piattaforma annunci, database contatti e social network

Esplorazione delle carriere – Come si chiama esattamente il ruolo che vorrei ricoprire (Job Title)? Quale percorso hanno seguito le persone che ricoprono attualmente questo ruolo?

Ricerca aziende – Dove lavorano o hanno lavorato le persone che ricoprono il ruolo per cui mi vorrei candidare?

Invio candidatura (o autocandidatura)

