

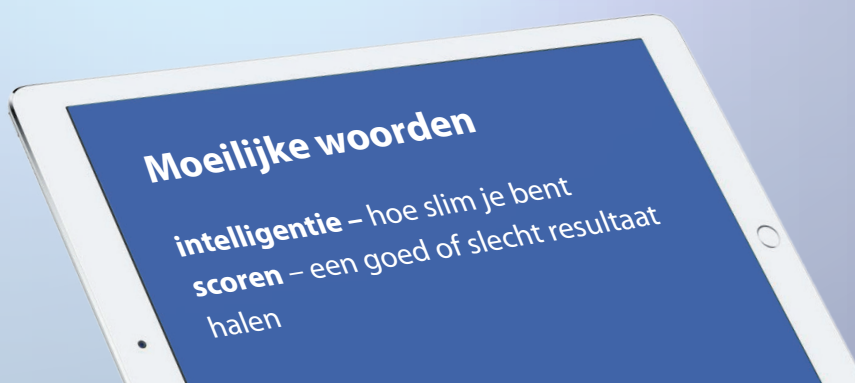
Je stage regelen

Sommige dingen kun je uit een boek leren, maar lang niet alles. Daarom zijn stages belangrijk. Je ervaart dan hoe het is om te werken. Met die werkervaring heb je na je opleiding meer kans op een baan. Maar ook krijg je door een stage een meer volwassen kijk op de wereld! Je leert dus een hoop dingen die je eerst niet wist.

BREINGEHEIM

Slim in de echte wereld door je stage

Hoe **intelligent** of slim je bent, kan gemeten worden met een intelligentietest. Maar uit onderzoek blijkt dat iemand hoog kan **scoren** op zo'n test en toch in sommige dingen niet zo slim is. Het gaat dan vooral om vaardigheden die mensen in het dagelijks leven nodig hebben, zoals praktisch denken en problemen oplossen. Dat noemen we **echte-wereld-intelligentie**. Maar **echte-wereld-intelligentie** heeft ook te maken met wilskracht en doorzettingsvermogen om taken af te maken en doelen te bereiken.



Moeilijke woorden

intelligentie – hoe slim je bent
scoren – een goed of slecht resultaat halen

Waarom je op stage gaat

Als je na school een baan wilt, maak je meestal meer kans als je werkervaring hebt. Een stage doen kan je helpen om werkervaring te krijgen.

Werkervaring is belangrijk

Je leert werken op een stage. Dat betekent dat je leert hoe je bepaalde taken moet uitvoeren. Bijvoorbeeld hoe je omgaat met bejaarden of hoe je omgaat met klanten in een winkel. Je doet op deze manier werkervaring op. En dat is belangrijk voor je toekomst. Want als je later solliciteert naar een baan, dan maak je meer kans als je werkervaring hebt.

Jouw werkervaring

Misschien doe je thuis regelmatig klusjes of misschien help je wel eens mee in het bedrijf van je ouders of familie? Of misschien heb je in de vakantie een baantje gehad?

Kruis hieronder aan welke werkervaring je hebt.

- | | | | | | | |
|--|--------------------------|-------|--------------------------|------|--------------------------|------|
| 1. Mijn ouders hebben een bedrijf en ik help | ☐ | nooit | ☐ | soms | ☐ | vaak |
| 2. Ik heb familie met een bedrijf en help | ☐ | nooit | ☐ | soms | ☐ | vaak |
| 3. Ik help thuis met allerlei klusjes | ☐ | nooit | ☐ | soms | ☐ | vaak |
| 4. Ik heb vakantiewerk gedaan | ☐ | ja | ☐ | nee | | |
| 5. Ik heb vrijwilligerswerk gedaan
(werk waar je niet voor betaald wordt) | ☐ | ja | ☐ | nee | | |



Solliciteren naar een stage

Heb je zelf een stageplaats gevonden of gekregen via school? Dan kun je solliciteren naar die stage. Misschien heb je al wel eens gesolliciteerd? Of is het misschien helemaal nieuw voor je? Op deze en de volgende bladzijden zie je hoe je het doet.

Wat je nodig hebt

Als je gaat solliciteren naar een stage heb je twee dingen nodig:

1. Je sollicitatiebrief

Deze brief is steeds anders, afhankelijk van de stage (of baan) waar je naar solliciteert. Op de volgende bladzijde lees je hoe je een sollicitatiebrief kunt schrijven.

2. Je portfolio (met cv)

Een portfolio is een **map met belangrijke papieren die te maken hebben met je studie, stage en werkervaring. In je portfolio zit onder andere je cv.** De letters cv staan voor **curriculum vitae**, een moeilijk woord voor levensbeschrijving.

Een beschrijving van je levensloop is een belangrijk onderdeel van je portfolio. Naast je cv bewaar je in je portfolio bijvoorbeeld de beste projecten waar je aan gewerkt hebt en verslagen.

Je schrijft in je cv wat je allemaal gedaan hebt aan schoolopleidingen, cursussen of werk. Je cv kun je in de loop van je leven aanvullen met nieuwe opleidingen, stages en baantjes die je doet of hebt gedaan. Je stuurt je cv mee bij iedere sollicitatie. Op de volgende bladzijde lees je hoe je een cv schrijft.

Je portfolio hoeft je niet bij iedere sollicitatie mee te sturen. Je portfolio neem je wel altijd mee naar een sollicitatiegesprek. Dus bewaar je portfolio goed.

Hoe sociale media je loopbaan kunnen schaden

Sociale media kunnen je helpen om een baan te vinden.
Geweldig natuurlijk!

Maar schrijf jij rare dingen op sociale media of staan er ongepaste foto's van jou op, dan kan dat slecht zijn voor het krijgen van een baan.

Denk er aan dat werkgevers ook op sociale media kijken!

Kijk op: www.mbogo.nl/schade

Bedenk voorbeelden van informatie op sociale media die niet goed zijn voor je kans op werk.

Je sollicitatiebrief schrijven

Waar je op moet letten

- Typ je sollicitatiebrief op de computer. Gebruik de spellingscontrole als je klaar bent. Laat je brief lezen aan iemand die goed is in taal, bijvoorbeeld je stagebegeleider, je docent Nederlands of iemand thuis. Maak verbeteringen in je brief als het nodig is en leer van je fouten!
- Solliciteren meer klasgenoten naar dezelfde stage? Zorg dan dat je niet allemaal dezelfde sollicitatiebrief schrijft. Probeer er uit te springen door een duidelijke en prettig leesbare sollicitatiebrief die de aandacht trekt. Laat je inspireren door voorbeelden op internet. Maar schrijf de brieven niet over van internet, omdat het dan kan gebeuren dat je klasgenoten of leerlingen van andere scholen dezelfde brief sturen. En dat maakt geen goede indruk. Een voorbeeld van een sollicitatiebrief zie je op de bladzijde hiernaast. Bedrijven vinden het leuk als je echt interesse in het bedrijf toont. Je kunt bijvoorbeeld vertellen dat je hun website hebt bekeken.
- Solliciteer je bij een betrouwbaar bedrijf naar een stage of baan die je echt graag wilt hebben? Zet dan de link naar je digitale portfolio in je sollicitatiebrief.
- Wil het bedrijf dat je per e-mail solliciteert? Dan kun je een kort berichtje per mail sturen met daarbij je sollicitatiebrief en cv.

In je mail kan bijvoorbeeld het volgende staan:

Geachte mevrouw .../ Geachte heer...

Ik ben Piet Precies en volg de Beroepsbegeleidende leerweg (BOL) van de Entreeopleiding op het Stadscollege MBO in Utrecht. Ik wil graag solliciteren naar een stage binnen uw bedrijf. Mijn sollicitatiebrief met cv is bijgesloten in deze mail.

Het lijkt mij leuk en leerzaam om op uw bedrijf te werken en ik zou het zeer op prijs stellen als ik daar de mogelijkheid toe krijg. Graag hoor ik van u.

Vriendelijk groet,

*Piet Precies
Straat 1
1000 AA Plaats
tel. 06 00 00 00 00*

Voorbeeld van een sollicitatiebrief

Piet Precies
Straat 1
1000 AA Plaats

De Dolfijntjes
T.a.v. mevrouw C.A. de Vries
Straat 2
2000 AB Plaats

Rotterdam, 15 november 2016

Betreft: Sollicitatie stageplaats

Geachte mevrouw De Vries,

Heb je vooraf gebeld met degene aan wie je de sollicitatiebrief stuurt? Dan zou je bijvoorbeeld kunnen beginnen met de volgende zin:

Graag wil ik u nog bedanken voor het telefoongesprek van (dag, datum) over de mogelijkheid om bij uw bedrijf te solliciteren naar een stage.

Heb je geen contact vooraf gehad, begin dan met de reden waarom je naar deze stageplaats solliciteert. Bijvoorbeeld:

Sinds september van dit jaar volg ik de Entreeopleiding Kinderopvang op het College in Plaats. Ik heb gekozen voor de kinderopvang, omdat ik het fijn vind om met kinderen te werken. Dat is ook de reden waarom ik graag ervaring wil opdoen in uw bedrijf en hierbij solliciteer naar een stageplaats.

Over het algemeen vinden mensen dat ik goed met kinderen kan omgaan. Ik pas vaak op de kinderen van de burens en op mijn kleine nichtjes en neefjes. Daarom denk ik dat ik ook wel goed overweg kan met de kinderen van De Dolfijntjes. Ik word niet snel boos, heb veel geduld en houd van voorlezen, liedjes zingen en spelletjes doen met kinderen.

Hoewel ik best wel veel ervaring met kinderen heb, zal ik nog veel moeten leren. Ik hoop dat ik daar de kans voor krijg op uw kinderdagverblijf.

De stageperiode begint op 15 januari 2017 en eindigt op 15 juni 2017.

Het gaat om vier dagen in de week: op dinsdag, woensdag, donderdag en vrijdag.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met mijn stagebegeleider mevr. Jansen: College, Straat 3, 1000 AC Plaats, tel. 06 11 11 11 11.

Graag zou ik in een persoonlijk gesprek mijn belangstelling voor de stage willen toelichten.

Vriendelijke groet,

Hier je handtekening

daaronder je naam bijvoorbeeld: Martine Roseboom

Bijlage: cv

Zorg dat in de envelop die je verstuurt, je sollicitatiebrief bovenop ligt en je cv eronder.

Wat in je portfolio zit

Je portfolio bewaar je in een map. In de map zit:

1. Een **foto** van jezelf
2. Je **cv** (met daarin onder andere je **naam en adres, e-mail en telefoonnummer**)
3. **Certificaten en diploma's** (bijvoorbeeld een typediploma)
4. Een **beschrijving van je competenties** (de dingen die je kunt en waar je goed in bent)
5. **Goede werkstukken die je gemaakt hebt** enz.
6. Je **verslagen van eerdere stages** (alleen als je eerder een stage hebt gedaan)
7. **Goede reacties op werk wat je gedaan hebt**

Als je bijvoorbeeld solliciteert naar een baan in de zorg en je hebt tijdens een vakantiebaantje in een bejaardenhuis een kaart van een bewoonster gekregen die je bedankt voor je vriendelijkheid en geweldige hulp, dan kun je die ook in je portfolio stoppen.

8. **Een plan om jezelf verder te ontwikkelen** (waar je beter in wilt worden, welke dingen je nog graag wilt leren en wat je wilt bereiken)

Zorg dat je portfolio op internet staat. Bijvoorbeeld op: **www.mijneportfolio.nl**

Kijk op de bladzijde hiernaast hoe je een cv schrijft en maak je eigen cv. Heb je je portfolio (met cv) klaar? Deel die met een aantal klasgenoten. Maak aantekeningen van hun opmerkingen en verbeter je portfolio daarmee eventueel nog. Twijfel je? Vraag dan je docent om je portfolio nog te beoordelen. Je sollicitatiebrief met cv kun je daarna versturen. Nu afwachten of je op gesprek mag.

Zo schrijf je een cv

Je persoonlijke gegevens

Begin met het opschrijven van je persoonlijke gegevens.

Naam: _____

Straatnaam, huisnummer: _____

Postcode, woonplaats: _____

Telefoonnummer(s): (bijvoorbeeld je vaste en mobiele nummer) _____

E-mail: _____

Geboortedatum en -plaats: (je geboorteplaats vermelden is niet verplicht) _____

Nationaliteit: (bijvoorbeeld Nederlands) _____

Rijbewijs: (bijvoorbeeld B) _____

Burgerlijke staat: (getrouwd of niet getrouwd) _____

(Tip!) Zorg voor een normaal emailadres. Dus bijvoorbeeld niet honnepon@mail.nl)

Opleidingen

Schrijf alleen de opleidingen op die je na de basisschool gevolgd hebt.

Beschrijf ze in volgorde met de jaartallen erbij. Bijvoorbeeld:

2010 – 2014 VMBO College in Almere (diploma niet gehaald)

2016 – heden Entreeopleiding Brood en Banket bij Mijn MBO in Almere

Stage-ervaring

Noem de bedrijven waar je stage-ervaring opdeed. Bijvoorbeeld:

2014 Stagebedrijf in Almere, bejaardenzorg

Andere cursussen en trainingen *Beschrijf cursussen, trainingen, enz. die je naast je opleiding hebt gedaan. Bijvoorbeeld:*

2015 Typediploma online

Werkervaring (buiten je studie)

Bedrijven waar je een (bij)baan hebt gedaan of vakantiewerk. Bijvoorbeeld:

2014 – 2015 De Grote Hamburger in Almere, kassamedewerker

2015 – 2016 SuperMarkt in Almere, vakkenvuller

Interesses en hobby's

Beschrijf je interesses. Bijvoorbeeld:

Gamen, muziek en skaten

Niet vermelden in je CV in verband met identiteitsfraude:

BSN (sofinummer), rijbewijsnummer, bankgegevens, creditkaartinformatie of wachtwoorden. Doe ook nooit een kopie van je identiteitsbewijs bij je cv!

Updates van je CV

Heb je je opleiding afgerond, een nieuwe stageplaats of eerste baan? Pas dan je CV aan.