



www.sepye.unex.es

OFICINAS DE ORIENTACIÓN LABORAL

OOL Badajoz
ool_ba@unex.es

OOL Cáceres
ool_cc@unex.es

OOL Mérida
ool_me@unex.es

OOL Plasencia
ool_pla@unex.es

OFICINA DE PRÁCTICAS

Curriculares
practicas@unex.es

Extracurriculares
extracurricular@unex.es

Estancias en Empresas
estanciasfdual@unex.es

PORTAL DE EMPLEO

portalempleo@unex.es

SOLICITA
TU CITA



REGÍSTRATE



SÍGUENOS



[@sepyeuex](https://www.instagram.com/sepyeuex)

sepye@unex.es



SEPYE
servicio de prácticas y empleo

SEXPE
Servicio Extremeño
Público de Empleo

UF
fundación
universidad
sociedad

CATÁLOGO DE SERVICIOS

- ✓ Prácticas en empresas
- ✓ Orientación laboral
- ✓ Formación para el empleo
- ✓ Ofertas de empleo



SEPYE

Vicerrectorado de Estudiantes, Empleo y Movilidad
UNIVERSIDAD DE EXTREMADURA



Oficina de Orientación Laboral

Plasencia

Oficina de Orientación Laboral
Oficina de Prácticas Curriculares
Oficina de Prácticas Extra curriculares
Portal de Empleo

Cáceres

Mérida

Badajoz

Oficina de Orientación Laboral

Oficina de Orientación Laboral
Oficina de Estancias en Empresa

PRESENTACIÓN

Servicio de Prácticas y Empleo (SEPYE) de la Universidad de Extremadura depende del Vicerrectorado de Estudiantes, Empleo y Movilidad y se coordina desde la Dirección de Prácticas y Empleo. Está integrado por un equipo multidisciplinar formado por personal de la Universidad de Extremadura, la Fundación Universidad-Sociedad de la UEx y del Servicio Extremeño Público de Empleo (SEXPE).

Contamos con cuatro Oficinas de Orientación Laboral, en los Campus Universitarios de Cáceres y de Badajoz, y en los Centros universitarios de Mérida y Plasencia. También disponemos de dos Oficinas de Prácticas donde se gestionan las prácticas extracurriculares y las estancias de titulados en empresas. Además contamos un Portal de Empleo donde poner en contacto a empresas y entidades con el talento de nuestros egresados.

Los servicios del SEPYE están orientados a mejorar la empleabilidad de los estudiantes, realizando acciones directas, pero también pone sus recursos a disposición de los Centros (Facultades, y Escuelas Universitarias) y de las empresas.

Con este catálogo queremos dar a conocer los servicios y establecer los canales de comunicación y difusión de los mismos a toda la comunidad universitaria.

Alicia González Pérez
Vicerrectora de Estudiantes Empleo y Movilidad

Rocío Blas Morato
Directora de Prácticas y Empleo

OFICINAS DE ORIENTACIÓN LABORAL (OOL)

El SEPYE cuenta con cuatro Oficinas de Orientación Laboral, dotadas de profesionales gracias a un convenio de colaboración con el Servicio Extremeño Público de Empleo (SEXPE). Este servicio permite ofrecer a estudiantes, Centros y profesores a toda una serie de servicios para mejorar la empleabilidad y las competencias transversales de los estudiantes de la UEx.

EL SEPYE EN TU CENTRO

NOS TRASLADAMOS A TU FACULTAD O ESCUELA UNIVERSITARIA

Esta iniciativa supone un contacto directo con el Servicio de Prácticas y Empleo y consiste en el despliegue de un stand del SEPYE en las Facultades y Escuelas Universitarias. Se organizan a demanda de los Centros.

INMERSIONES EN EL AULA

TE ACERCAMOS LOS SERVICIOS DEL SEPYE SIN MOVERTE DE TU AULA

Estas inmersiones son la forma más eficaz para que los estudiantes, desde los primeros cursos, conozcan todos los servicios que integran el SEPYE y puedan utilizarlos durante toda su etapa universitaria. Se organizan a demanda de los Centros o del profesorado colaborador.

En ellas, en colaboración con los profesores difusores del SEPYE y durante una de sus clases, se exponen los servicios que componen el SEPYE. Son diseñadas y personalizadas dependiendo del curso al que vayan dirigidas. Estas sesiones tienen una duración mínima de 20 minutos y máxima de 1 hora.

SOLICITUDES

Contacta con la Oficina de Orientación Laboral de tu Campus
ool@unex.es



ORIENTACIÓN E INFORMACIÓN

¿Necesitas orientación y acompañamiento para conseguir tu objetivo profesional?
¿Conoces todas las salidas profesionales y el mercado laboral que tiene tu carrera?

- ✓ **Te ayudamos a buscar empleo y a prepararte para conseguirlo.**
Acceso al mercado de trabajo (becas, prácticas, contrato laboral, oposiciones...), presentación de candidatura (Curriculum Vitae, video-currículum, carta de presentación), procesos de selección, entrevistas de trabajo, etc
- ✓ **¿Quieres trabajar en Europa?**
Buscador de ofertas y convocatorias de trabajo en Europa. Prácticas y Becas. Trabajar para la UE: Oficina Europea de Selección de Personal EPSO. Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación.
- ✓ **¿Te gustaría emprender?**
Autodiagnóstico de actitudes emprendedoras. Formas jurídicas. Trámites para el autoempleo o creación de empresa. Plan de Empresa. Ayudas, subvenciones y financiación
- ✓ **¿Cómo podemos ayudarte?**
Desde las Oficinas de Orientación Laboral te ofrecemos sesiones personalizadas sobre contenidos específicos relacionados con los recursos de información y formación que te facilitarán el acceso al mercado laboral.

CITA PREVIA

Ponte en contacto con la Oficina de Orientación Laboral de tu Campus Universitario:

Solicita una cita previa

Atención On-line o presencial



<https://sepyeunex.es>



FORMACIÓN

Ofrecemos una formación general en distintos aspectos relacionados con la inserción laboral, pero también realizamos un acompañamiento para la mejora del rendimiento académico durante la etapa universitaria.

Los talleres tienen una duración variable de entre una y dos horas dependiendo de las necesidades de los estudiantes, pueden ser ofertados tanto a nivel presencial como on-line y se agrupan en las siguientes categorías:

- ✓ **Talleres de Orientación**
- ✓ **Talleres de Competencias**
- ✓ **Talleres de Emprendimiento/Autoempleo**
- ✓ **Itinerario Formativo por Etapas**

La oferta de formación del SEPYE permanece abierta durante todo el curso, contamos con dos modalidades:

- ✓ **Oferta formativa semestral del SEPYE (On-line)**
- ✓ **Oferta formativa a demanda de los Centros de la UEx (On-line/presencial)**

MÁS INFORMACIÓN

Toda la programación de tu Centro y las convocatorias del SEPYE en nuestra web y redes sociales

Consulta nuestra oferta en: www.sepye.unex.es



TALLERES DE ORIENTACIÓN



Busco Empleo ¿Cómo lo hago?

¿Quieres que te ayudemos a buscar empleo? Juntos diseñaremos un plan para la búsqueda de empleo identificando los pasos necesarios, haciendo hincapié en las diferentes ofertas, así como en las etapas y trabajando las herramientas para realizar una búsqueda de empleo eficaz.



Entrevista de Trabajo

¿Te has enfrentado a una entrevista de trabajo? Te ofrecemos formación y entrenamiento en las entrevistas de trabajo tanto grupales como individuales. Trabajaremos los tipos, las fases, qué hacer antes, durante y después, y veremos las claves para tener éxito en los procesos de selección.



Ser profesional o ser el/la mejor profesional

¿Quieres convertirte en el/la mejor profesional? Analizaremos tu objetivo profesional y estableceremos las bases para comenzar el proceso de búsqueda de empleo: competencias técnicas, soft skills, herramientas para la búsqueda, networking y un acercamiento a los procesos de selección en los que tendremos que demostrar que somos el/la mejor profesional.



Mercado de trabajo y las salidas profesionales

Analizaremos la demanda del mercado de trabajo regional, nacional e internacional, centrándonos en las distintas salidas público-privadas que se ofrecen en cada perfil profesional tanto por cuenta ajena como las posibilidades de emprendimiento.



Curriculum Vitae

¿Proyecta realmente tu CV lo que te has esforzados para llegar aquí? Tips básicos para que esta herramienta de búsqueda proyecte lo que puedes ofrecer a los distintos organismos a los que vaya dirigido: solicitud de máster, becas y ofertas de empleo; consiguiendo que tu CV refleje todo lo que podemos ofrecer a nivel formativo, experiencial y competencial.



TALLERES DE COMPETENCIAS TRANSVERSALES

En estos talleres descubriremos lo que demanda la empresa y el mercado laboral a nivel técnico y transversal. Mejora tu inserción, partiendo de la actitud de búsqueda, la planificación, las competencias más importantes y utilizando las herramientas y técnicas más adecuadas durante todo el proceso

✓ Motivación y objetivos

La motivación es la energía que nos impulsa a actuar, por ello, es necesario mantenerla en niveles óptimos para conseguir nuestros objetivos profesionales, para ello trabajaremos el establecimiento de las metas profesionales para facilitar que nuestro esfuerzo se traduzca en comportamientos eficaces.

✓ Inteligencia emocional y progreso profesional

El éxito en la edad adulta estará marcado por el conocimiento y la adecuada gestión de nuestras emociones, por lo que veremos las herramientas más eficaces para nuestro desarrollo personal y profesional.

✓ Exámenes: Ansiedad y estrés

La ansiedad es un estado en el que aparecen sentimientos de aprensión, incertidumbre y tensión. Aprender destrezas para relajarnos y controlar el estrés mejora nuestro estado de ánimo y nuestra productividad.

✓ Exámenes: Técnicas de estudio y planificación.

En este taller desarrollaremos pautas de trabajo para mejorar la forma de estudiar. Planificarse, saber gestionar las expectativas y establecer estrategias de aprendizaje propias harán que la asimilación de contenidos sea más efectiva.

Consulta fechas y talleres en nuestra web

¡¡Inscríbete ya!! www.sepye.unex.es



TALLERES DE EMPRENDIMIENTO/AUTOEMPLEO

✓ Una idea no es nada sin acción ¡ACTIVATE!

Taller motivador donde acercaremos al alumnado al universo emprendedor, familiarizándolo con conceptos generales sobre: competencias y habilidades necesarias para ser emprendedor/a, como detectar oportunidades, estudiar el proyecto antes de ponerlo en marcha y sus ayudas.

✓ Ayudas y subvenciones a la creación de empresas

En Extremadura se ofrece toda una serie de recursos económicos para poner en marcha tu idea de negocio. Hablaremos de los apoyos que existen para las pequeñas y medianas empresas y que son un respaldo económico, una oportunidad para los negocios y emprendedores.

✓ Habilidades y competencias para emprender

¡Aplicálas y convierte tu sueño en realidad!

Las personas deben tener una serie de habilidades para desempeñar bien su trabajo, trabajaremos las competencias emprendedoras más valoradas por las empresas a la hora de seleccionar al mejor candidato. Hablaremos de las habilidades necesarias para conseguir tus metas.

✓ Plan de empresas y estudios de mercado

¡Asegúrate el éxito!

Una buena idea inicial no es suficiente para crear un negocio rentable. Debes conocer el mercado en el que te vas a establecer, definir tus oportunidades, tener una visión general del proceso de creación (forma jurídica, financiación...), para garantizarte una mejor toma de decisiones.

ITINERARIO DE ORIENTACIÓN POR ETAPAS

Acciones formativas ON-LINE, a través del Campus Virtual, orientadas a ofrecer un acompañamiento en la adquisición de competencias profesionales y personales adaptadas a cada etapa universitaria.

✓ ITINERARIO I: Superar con éxito la Universidad.

Estrategias y herramientas dirigidas a los primeros cursos.

La importancia de planificarse y gestionar el tiempo, cómo afrontar la ansiedad y el estrés ante los exámenes, las técnicas para hablar en público y la exposición de trabajos. Además, nos acercaremos a las competencias más importantes del mercado profesional.

Tiene una duración de 25 horas, modalidad online, que serán computables para la obtención de 1 crédito ECTS

✓ ITINERARIO II: Competencias claves para ser el mejor candidato.

Recomendado para el alumnado de tercer y cuarto curso y estudiantes de Máster. Destinado a conocer las competencias claves, o soft skills, más importantes de una carrera profesional exitosa. La comunicación, junto con el trabajo en equipo, la innovación, la creatividad, el liderazgo y el control de nuestras emociones, requieren un nivel muy alto en todos los perfiles profesionales, por lo que trabajaremos cada uno de los comportamientos y conductas asociadas, para maximizar tu empleabilidad y posicionarte en una buena situación laboral y personal.

Modalidad online. 25 horas. Computables para la obtención de 1 crédito ECTS

Inscripción

Consulta la convocatoria en: www.orientacionlaboral.unex.es

PORTAL DE EMPLEO

Desde el SEPYE ponemos en contacto a las empresas y organizaciones con los recién titulados o egresados de la UEx, con un amplio abanico de ofertas a través del Portal de Empleo.

Crea tu perfil en unos minutos y podrás optar a las ofertas de empleo que mejor encajan contigo.

¿Buscas empleo?

¿Tienes una oferta laboral?

Portal de empleo del SEPYE

www.portalempleo.unex.es

NETWORKING

A través del portal de empleo gestionamos ofertas laborales, pero también organizamos sesiones de Networking con empresas y entidades interesadas en captar el talento de nuestros estudiantes.

MENTORING

Desarrolla tu potencial con la ayuda de un mentor/a profesional
Programa desarrollado en colaboración con el Consejo Social
Basado en la transferencia de conocimientos, en el aprendizaje a través de la experiencia y las preguntas inspiradoras.

Maximizar su talento y sacar la mejor versión de tí mismo.



OFICINA DE PRÁCTICAS

¿Quieres realizar prácticas externas?

La Oficina de Prácticas del SEPYE, es la encargada de gestionar las prácticas extracurriculares y las Estancias en empresas.

Las Prácticas Extracurriculares están dirigidas a los estudiantes de los últimos cursos de Grado o de Máster y las Estancias en Empresas a los recién Titulados.

Desde la Oficina de Prácticas, se gestionan tres tipos de prácticas externas:

PRÁCTICAS CURRICULARES

Desde la Oficina de Prácticas se gestionan las altas, bajas y la cotización a la Seguridad Social de las prácticas curriculares.

Más información en: practicas@unex.es

PRÁCTICAS EXTRACURRICULARES

La realización de prácticas externas durante los dos últimos cursos de grado o máster complementan la formación adquirida y facilitan la adquisición de competencias profesionales.

Para los recién titulados supone un primer contacto con su actividad profesional, adquiriendo experiencia y desarrollando competencias que mejoran su empleabilidad.

Solicita tus prácticas extracurriculares en: extracurricular@unex.es

ESTANCIAS EN EMPRESAS PARA TITULADOS

En colaboración con la Fundación Universidad Sociedad, el SEPYE ofrece estancias de formación dual para titulados en empresas y entidades. Una gran oportunidad para un primer contacto con el mundo laboral.

Más información en: estanciasfdual@unex.es

PROGRAMAS DE BECAS PRÁCTICAS

Además, en la Oficina de Prácticas en colaboración con Fundación Universidad Sociedad se gestionan, una gran oferta de prácticas remuneradas a través de programas de becas prácticas:

- ✓ Programa de Internacionalización y Retorno del Talento (PIRT)
- ✓ Campus Rural
- ✓ UniRural
- ✓ Becas de formación para el empleo “Extremadura es Futuro”
- ✓ Becas Adelantex

ALIANZA
EXTREMADURA
es futuro

Programas de prácticas adheridos a la Alianza “Extremadura es Futuro”

MÁS INFORMACIÓN

Consulta las convocatorias en nuestra web www.oficinadepracticas.unex.es
Solicita cita en las Oficinas de Orientación Laboral, te ayudarán a a gestionar tus prácticas.

Regístrate en la plataforma de prácticas y date de alta en el programa que más te interese en : www.practicasfundacionuex.es