

CV-ul tău, povestea ta

Tot ce trebuie să știi pentru a construi un CV convingător
care să te scoată în evidență în fața recrutorilor.

10s

timp mediu de citire

1-2

pagini recomandate

3+

platforme gratuite

Prenume Nume

Contact

Oras

LinkedIn

Despre mine

Experiență

Educație

Abilități

Analizează oferta de muncă

Înainte de a scrie CV-ul, citește cu atenție descrierea job-ului și subliniază cuvintele cheie care indică abilitățile, competențele și experiența căutată.

CV-ul tău trebuie să vorbească limbajul angajatorului.

Folosește aceleași cuvinte sau termeni similari cu cei din anunț — recrutorii și sistemele ATS le caută activ.

SFAT PRACTIC

Dacă anunțul este în engleză, trimite CV-ul tot în engleză.

Adaptează CV-ul pentru fiecare job în parte — nu există un CV universal perfect.

Exemple de cuvinte cheie de urmărit:

atenție la detalii

lucru în echipă

organizat

proactiv

creativ

Alege modelul potrivit

EU Europass

Standard UE. Recomandat pentru instituții publice, medicină, drept, învățământ.

Formal · Public



Canva

Design modern și personalizabil. Ideal pentru corporații, startup-uri și roluri creative.

Modern · Creativ



LiveCareer

Biblioteci de CV-uri în engleză, cu modele din diverse domenii și niveluri de experiență.

Engleză · Global



Microsoft Word

Template-uri gata de descărcat. Include și modele de scrisoare de intenție. Funcționează offline.

Offline · Versatil

Structura CV-ului tău

Informații personale

Obligatori

Despre mine

Obligatori

Experiență profesională

Obligatori

Educație

Obligatori

Competențe & Abilități

Obligatori

Limbi străine

Obligatori

Cursuri & Certificări

Opțional

Proiecte personale

Opțional

Voluntariat

Opțional



Sectiunea "Despre mine"

3–4 fraze care arată cine ești, ce știi să faci și ce cauți. Conectează-ți calitățile cu cerințele jobului.

EXEMPLU

Student la Informatică în anul 3, pasionat de web development, cu experiență în crearea de site-uri în HTML și CSS. Sunt organizat, atent la detalii, responsabil și centrat pe soluții practice, căutând mereu să mă implic în proiecte în care îmi pot pune în valoare creativitatea și abilitățile de comunicare și lucru în echipă.

Web Development

HTML & CSS

Lucru în echipă

Comunicare

Creativitate

- Adaptează textul pentru fiecare job în parte
- Menționează obiectivul tău profesional
- Fii concis și specific — evită clișeele



Experiență profesională

Cronologie inversă · Titlu, companie, oraș, perioadă, responsabilități și realizări cu cifre concrete.

✓ CORECT

Internship Marketing, compania XYZ
(Ian. 2023 – Iun. 2023)

Am gestionat campanii pe rețele sociale, crescând engagement-ul cu 35% în 3 luni. Am coordonat o echipă de 5 voluntari la un eveniment cu 120 de participanți.

X DE EVITAT

*Internship la o firmă de familie
(2023)*

Am făcut diverse activități de marketing și am ajutat colegii.

★ Regula de aur:

Pune accent pe REZULTATE, nu pe sarcini. Folosește indicatori numerici: procente, număr de persoane, valori, perioade de timp.



Competențe și abilități

Identifică abilitățile relevante pentru job și împarte-le în două categorii.



TEHNICE / DIGITALE

Specifice jobului — dobândite în cursuri sau la locul de muncă.

- Java / Python / C++
- Microsoft Office
- Photoshop / Figma
- AutoCAD / SPSS
- HTML & CSS
- Google Analytics



TRANSFERABILE

Generale — te ajută să te integrezi rapid în orice echipă.

- Comunicare interpersonală
- Lucru în echipă
- Rezolvare de probleme
- Gândire critică
- Atenție la detalii
- Organizare & planificare

Reguli de aur



Maxim 2 pagini

Recrutorul alocă ~10 secunde.
Concentrează și prioritizează.



Rezultate cu cifre

"+35% engagement" mai eficient decât
"am contribuit la creștere".



Fără greșeli

Recitește de 2 ori. Roagă pe cineva să
corecteze engleza.



Personalizează

Adaptează CV-ul pentru fiecare
job/industrie.



Fii onest

Informațiile false se văd la interviu și îți
afectează reputația.



Foto profesională

Față clară, fundal neutru, ținută
adecvată. Fără selfie-uri.

Checklist înainte de trimitere



Am citit descrierea jobului și am inclus cuvintele cheie relevante



CV-ul are maxim 2 pagini



Informațiile sunt în ordine cronologică inversă



Am inclus rezultate măsurabile (cifre, procente, număr de persoane)



Adresa de e-mail este profesională (conține numele meu)



Nu există greșeli gramaticale sau de scriere



Dacă jobul e în engleză, CV-ul este și el în engleză



Toate informațiile din CV sunt reale și verificabile



Am adăugat profilul LinkedIn (dacă îl am completat)



CV-ul este salvat ca PDF înainte de trimitere



Construiește-ți viitorul, pas cu pas.

Un CV bun spune o poveste. Arată cine ești, ce ai realizat și unde vrei să ajungi.

CCOC · Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră. Universitatea Titu Maiorescu

consiliere@univ.utm.ro
utm.ro/ccoc
Corp M, sala M114
Calea Vacaresti 189