

# GUIDE: CV'ET

## KONTAKTINFORMATIONER

Sæt et vellignende **PORTRÆTFOTO** på dit cv. Så husker arbejdsgiveren dig bedre.

**PROFILTEKST:** Skal vise de erfaringer og kompetencer, du vil trække frem i forhold til jobbet. Skal tilpasses jobbet og give lyst til at læse resten af cv'et. Max 5-7 linjer.

Husk, at du også har fået projektledelseskompetencer gennem AAU's **PROBLEM-BASEREDE LÆRING OG PROJEKT-ARBEJDE**.

**BEGYND MED DIN UDDANNELSE** medmindre du har relevant jobberfaring.

**OMVENDT KRONOLOGI** – det nyeste først.

**BESKRIV DIN UDDANNELSE** med dine egne ord og fokusér på dét, der er relevant for jobbet.

- Hvad har du arbejdet med og interesseret dig for?
- Vælg de projekter, der er relevante.

**KARAKTERER:** Overvej, om du søger et job, hvor en høj karakter er et plus. Skriv dem evt. på, hvis de er gode (10 eller 12).

**ERHVERVSERFARING:** Beskriv arbejdsopgaver, kompetencer og resultater – gerne i punktform. Fokusér på dét, der er relevant for jobbet. Hvis din erfaring ikke er fagligt relevant, kan du fokusere på det ansvar og de personlige kompetencer, du har fået ud af det.

**SHOW IT – DON'T TELL IT:** Kom med eksempler på, hvad du kan, og hvornår du har gjort det.



**REFERENCER:** Upload evt. udtalelser til din LinkedIn og henvis hertil. Skriv ikke kontakter på, medmindre du har aftalt det med dem.

## MÅLRET ALTID CV'ET

til det job og den arbejdsplads, du søger.

- Tag kun det, der er relevant med.
- Forhold dig til stillingsopslaget.
- Research, hvilken virksomhed det er. Hvilket "sprog" bruger de – uformelt, humoristisk eller teknisk fx?

## LAYOUT:

- Kort, præcist og overskueligt.
- Brug evt. en skabelon.
- Brug luft, overskrifter, korte afsnit og punkt-opstillinger.
- Ca. 2 sider.
- Det vigtigste skal være på side 1.

## ANDEN ERFARING

kan fx være:

- Frivilligt arbejde
- Publikationer
- Udlands-erfaring
- Tillidshverv

Fokusér på, hvad du har fået ud af det – og tag kun det relevante med.

## SPROG OG IT:

Giv evt. dig selv stjerner (1-5 stjerner) eller skriv: Flydende, højt niveau, forhandlings-, samtale- eller turistniveau.



## CV – PERNILLE BACH LAURSEN

Arnold Nielsens Boulevard 4, 2. tv., 2650 Hvidovre  
24213751  
pernillesprofilerfake@gmail.com  
linkedin.com/in/pernille-bach-laursen

### SELVSTÆNDIG KOORDINATOR, DER BRÆNDER FOR FRIVILLIGHED

Jeg trives med at arbejde udviklingsorienteret og har en stærk projektleder i maven. Jeg har erfaring med:

- **Frivillighed inden for det social- og sundhedsfaglige område** gennem studie og frivilligt arbejde.
- **Tværfaglig projektledelse:** Vant til at arbejde på tværs og ved, hvad der skal til for at overholde tidsplaner, skabe kvalitet og nå i mål med et projekt.
- **Kommunikation:** Viden om menneskelige og SOME strategier, så dialog og budskab rammer plet og giver mening for den enkelte borger og frivillige.

Det motiverer mig at gøre en forskel, og det fylder meget i min tilværelse – både professionelt og personligt.

### UDDANNELSE

#### Kandidat i Læring og Forandringsprocesser | Aalborg Universitet København

SEPTEMBER 2018 - JUNI 2020

Kreativt og innovativt arbejde med undervisning, uddannelse og organisatorisk udvikling.

**Fokus:** Frivillige organisationer.

**Speciale:** Tvungen organisatorisk omstilling hos tre NGO'er, der mistede deres offentlige støtte, hvilket påvirkede medarbejdere og frivilliges arbejdsområder. Vores analyse og konklusioner er på [Foreningsportalen](#).

**Øvrige projekter:**

- Kreativitetsudvikling – Belyst igennem læringsmiljøet i en startup inkubator
- Faglighed på tværs – I et systemisk perspektiv

#### Bachelor i Kommunikation og Digitale Medier | Aalborg Universitet

SEPTEMBER 2015 – JUNI 2018

Kommunikations-, medie- og informationsarbejde og -teknologier ud fra flere tilgange og kontekster.

**Fokus:** Intern kommunikation i organisationer.

**Bachelor:** Fit for Kids' målrettede kommunikation. Resultatet blev præsenteret på organisationens årsmøde.

**Øvrige projekter:**

- Oplevelsesdesign i Aalborgs Byrum
- Design af app til affaldssortering (for at fremme unges brug af affaldssortering)
- Didaktisk design af IKT værktøjer (implementering af Skype i organisationer)

### ERFARING

#### Interviewer | Epinion

JANUAR 2020 – JUNI 2020

Foretog gruppeinterviews, og under Corona-lockdown lavede jeg forskningsbaserede interviews virtuelt.

**Kompetencer:** Interviewteknik, interviewanalyse, Zoom mødeplatform, mødeledelse.

#### HR-praktikant | Sjællands Universitetshospital

SEPTEMBER 2019 – DECEMBER 2019

Indsats målrettet ansatte, som har flyttet arbejdssted flere gange pga. organisationsændringer.

**Fokus:** Trivsel og arbejdsglæde, medarbejderinddragelse, ledelseskommunikation i en forandringstid.

**Kompetencer:** Koordinering, projektstyring, trivselsundersøgelse, nyhedsbreve, sagsfremstilling.

#### Barista | Espresso House Denmark

MAJ 2016 – MAJ 2018

Ansvar for vagtplaner, rekruttering af nye medarbejdere og facebook- og Instagram-profil.

**Kompetencer:** Sociale medier, kundebetjening, planlægning, rekruttering.

#### Salgsassistent | Sunset Boulevard i Kennedyarkaden, Aalborg

JULI 2014 – MAJ 2016

Arbejdede fuldtid i 6 måneder under mit sabbatår. Fra september 2015 var det et studiejob.

**Kompetencer:** Kundebetjening, mødestabil, samarbejde/teamwork, lukkeansvarlig.

### FRIVILLIG ERFARING

#### Tutor og tutorkoordinator | Kommunikation og Digitale Medier, AAU

MAJ 2016 – JUNI 2018

Har givet mig forståelse for motivation af frivillige. Satte min tålmodighed og kvalitetssans på prøve.

**Kompetencer:** Koordinering, kvalitetssikring, supervision.

#### Frivillig | "Idrætsfestival for sindslidende", Dansk Arbejder Idrætsforbund

JUNI 2015 – AUGUST 2015

Facilitere festival. Sparringspartner for frivilligkoordinatoren, bl.a. i forhold til tæt kontakt med de frivillige.

**Kompetencer:** Planlægning, sociale medier, supervision.

#### Hus-ansvarlig | Oure Idræts højskole

JANUAR 2015 – MAJ 2019

I mit sabbatår var jeg på fodbold-linjen på Oure Idræts højskole. Var hus-ansvarlig.

**Kompetencer:** Koordinering, ansvarlighed.

### SPROG/IT

- Engelsk mundtligt og skriftligt på højt niveau
- Tysk mundtligt på højt niveau (min kærestes familie er tysk)

- Sociale medier (Instagram, Facebook)
- Photoshop
- SurveyXact

### FRITID

Jeg bor med min kæreste Victor, der læser på DTU. Vi tager hvert år på musikfestivaler i Danmark og Tyskland med vores venner. Ellers er jeg en habil fodboldspiller, og træner og spiller for Hvidovre IF fire gange om ugen.