



Profilkort til småjob og lønnede timer

Brug profilkortet til at hjælpe den ledige med, hvad vedkommende kan tilbyde arbejdsgivere, og få idéer til, hvilke kompetencer der kan bruges i forskellige brancher.

Rengøring

- ☐ Vaske gulve/trapper
- ☐ Vaske vinduer
- ☐ Vaske overflader
- ☐ Vaske møbler/genstande
- ☐ Feje
- ☐ Støvsuge
- ☐ Afkalke vandhaner
- ☐ Afkalke kaffemaskiner
- ☐ Vaske toiletter
- ☐ Vaske tøj
- ☐ Hænge tøj til tørre
- ☐ Folde tøj sammen
- ☐ Lægge tøj på plads
- ☐ _____

Landbrug og fiskeri

- ☐ Fodre dyr
- ☐ Passe dyr
- ☐ Vaske maskiner
- ☐ Vedligeholde maskiner
- ☐ Passe mark og planter
- ☐ Vedligehold af ejendom
- ☐ Erhvervsfiskeri
- ☐ Rensning og filetering af fisk
- ☐ Pakning
- ☐ Transportere varer
- ☐ Transportere levende dyr
- ☐ Rydde op og feje
- ☐ _____
- ☐ _____

Bygge og anlæg

- ☐ Vaske værktøj
- ☐ Rydde op
- ☐ Hjælpe faglærte med småopgaver
- ☐ Klargøre biler/rengøre biler
- ☐ Flytte byggematerialer
- ☐ Hjælpe faglærte med løft
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Sundhed og social

- ☐ Lettere plejeopgaver
- ☐ Yde omsorg til borgere
- ☐ Yde støtte til borgere
- ☐ Overvåge skærm ved opsyn
- ☐ Rydde op
- ☐ Købe ind
- ☐ Lave mad
- ☐ Lave aktiviteter med ældre
- ☐ Lave aktiviteter med børn
- ☐ Lave aktiviteter med unge
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Pedel/gartner/landbrug

- ☐ Oprydning
- ☐ Små reparationer
- ☐ Vedligeholde udearealer
- ☐ Håndtere pakker
- ☐ Sorteringsopgaver
- ☐ Slå græs
- ☐ Rydde sne
- ☐ Klippe hæk
- ☐ Male
- ☐ Luge ukrudt/plante
- ☐ Affaldshåndtering
- ☐ _____
- ☐ _____

Køkken

- ☐ Anrette/afrydde frokost
- ☐ Lettere indkøb
- ☐ Opvask
- ☐ Klargøre mødelokaler
- ☐ Ordne køleskab/afrim fryser
- ☐ Vande blomster
- ☐ Sortere affald
- ☐ Tilberede varm/kold ret
- ☐ Kaffebrygning
- ☐ Gå ud med affald
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Butik

- ☐ Tørre støv af hylder
- ☐ Rydde omklædningsrum
- ☐ Lægge tøj sammen
- ☐ Håndtere pakker
- ☐ Spotte udløbsvarer
- ☐ Kvalitetstjekke varer
- ☐ Prisskilte og -mærkning
- ☐ Bringe varer ud/fylde op
- ☐ Kassebetjening
- ☐ Lagerstyring og -oprydning
- ☐ IT-registrering af varer
- ☐ _____
- ☐ _____

Kontor/reception

- ☐ Enkle kontoropgaver
- ☐ Arkivering
- ☐ Post
- ☐ Kopiering
- ☐ Telefonbetjening
- ☐ Hjemmesideopdatering
- ☐ Makulering
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Det kan jeg bidrage med i småjob og lønnede timer:

Mine kompetencer er:

Jeg er motiveret for: (Arbejde og privat)