

* Durant el temps de Covid, si us plau, aplica les mesures de seguretat i higiene publicades pels organismes de Salut Oficials.

7 TIPS*

Salut, Higiene i Entrevistes de Feina



1

Dutxa o Bany

Dutxat o pren un bany el dia de l'entrevista (un perfum o una colònia NO serveixen com substitutius de la dutxa). Fes servir un desodorant neutre.



2

Sabates

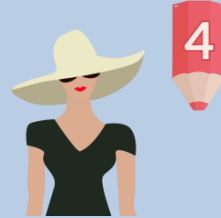
Porta les sabates ben netes i en bon estat. Si tens un problema amb la olor dels peus, fes servir un bon producte.



3

Cabell

Porta el cabell ben net i arreglat. Renta'l el mateix dia de l'entrevista de feina.



4

Vestits

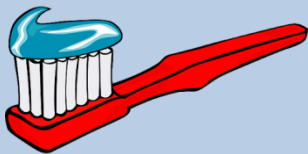
Assegura't que la roba que portis a l'entrevista estigui recent rentada i planxada. No et presentis amb la roba totalment arrugada.



5

Salut

Si estàs constipat/a o amb un atac d'al·lèrgia, explica'l i demana disculpes per la situació. Porta un mocador per si l'has de fer servir.



6

Alimentació i Alè

Tingues cura del teu alè, en especial si ets fumador o has ingerit aliments de forta olor abans de l'entrevista de feina. És molt recomanable fer ús d'algun spray bucal per refrescar l'alè si fos convenient.



7

Mans

Porta les teves mans i ungles impecables. El primer contacte amb un/a entrevistador/a pot ser saludar-te amb un creuament de mans. Les ungles mossegades poden transmetre sensació d'ansietat elevada.

7 TIPS*



Ajuntament de L'Hospitalet