

SOCIETÀ SVIZZERA DEI CUOCHI



dell'

Società svizzera dei cuochi una società professionale



LA PIANIFICAZIONE PER LA CARRIERA PROFESSIONALE CUOCO/A

*Il suo cammino per la preparazione e
la riuscita all'esame professionale per*

CUOCO/A DELLA GASTRONOMIA

Oppure

**CUOCO/A D'OSPEDALE E
GASTRONOMIA COLLETTIVA**

CON ATTESTATO PROFESSIONALE FEDERALE

INDICE

- 1. Introduzione**
- 2. Pianificazione della carriera**
- 3. Definizione delle esigenze**
- 4. Finanziamento**
- 5. Preparazione professionale**
- 6. Iscrizioni agli esami**
- 7. Svolgimento degli esami**
- 8. Elaborazione del risultato degli esami**
- 9. Come proseguire ? Prossimi traguardi**
- 10. Informazioni, prospetti, regolamenti**
- 11. Indirizzi utili**

1.Introduzione

Gentili colleghe, egregi colleghi professionali

Con l'offerta degli esami professionali è stato possibile raggiungere un importante livello di formazione e perfezionamento professionale nel loro complesso.

Le commissioni professionali vogliono offrire, con gli esami professionali, la possibilità ai candidati, di dimostrare le loro capacità e conoscenze, necessarie per soddisfare esigenze sempre maggiori e per poter rilevare compiti di condizione.

Gli esami professionali rappresentano anche quel livello medio, richiesto per accedere all'esame professionale superiore (Diploma Federale)

Con questo opuscolo le forniamo le informazioni e consigli necessari, in modo che possa fare questo passo con il dovuto rispetto, ma anche con le conoscenze relative a tutti i punti da prendere in considerazione e applicare per superare le esigenze poste degli esami. In breve: si tratta di evitare la formulazione di valutazioni errate.

Legga attentamente i capitoli riportati. Nel caso in cui sorgessero delle domande contatti gli indirizzi elencati alla fine di questo opuscolo.

Si metta al lavoro con coraggio, siamo convinti che possa affrontare e concludere con successo questi esami professionali.

Noi possiamo assicurarle il sostegno necessario, prestare aiuto in determinati ambiti.. Non dimentichi mai la fase di preparazione, come pure il suo compito di elaborare e portare a termine gli esami.

Consideri la sua formazione e il perfezionamento personale come opportunità per allargare il suo orizzonte ed influenzare in modo decisivo il suo cammino professionale.

Le auguriamo già sin d'ora la tenacia e il necessario quantitativo di fortuna per raggiungere questo suo obiettivo.

La sua società svizzera dei cuochi

2. Pianificazione della carriera

Oggi la pianificazione di una carriera é più necessaria che mai.

In passato erano i buoni consigli e l'illimitata autorità dello chef, che portavano i giovani commis, al termine del loro apprendistato, a stabilirsi presso i diversi esercizi.

Oggi invece la gestione della pianificazione e rispettivamente della realizzazione della loro carriera professionale è passata nelle loro mani.

Sarebbe comunque sbagliato, non ascoltare il consiglio dei propri mentori, tuttavia devono essere considerate anche le proprie idee, i desideri e le volontà.

Vi rendiamo attenti all'opuscolo per il perfezionamento professionale **dell'Hotel & Gastro Union e quello dell'Hotel & Gastro formation**, i quali menzionano chiaramente, quali sono le strade aperte e soprattutto le possibilità offerte al di fuori dell'attività pratica presso le aziende, per realizzare la carriera professionale desiderata.

Una pianificazione di carriera necessita di chiarezza inequivocabile e obiettivi concreti per ogni livello.

Questo difficile percorso può comunque svilupparsi in modi diversi. Devono esserci sempre molteplici possibilità aperte, allo scopo di raggiungere la maggior flessibilità possibile nell'ambito del perfezionamento professionale.

La pianificazione della carriera deve essere intesa in modo flessibile. Essa deve considerare lo sviluppo della personalità, l'evoluzione delle attività professionali e la vita privata.

La pianificazione della carriera rappresenta il percorso dell'ascesa professionale.

Crei lei stesso una lista con i suoi obiettivi e il tempo approssimativo previsto per il raggiungimento degli esami.

Campo	Il mio obiettivo	Il mio cammino verso l'obiettivo	Il mio comportamento al traguardo
Professionale			
Personale			
Geografico			
Materiale			
Sociale			

Questa tabella può essere richiesta dai giovani a partire dall'età di 23 anni.

3. Definizione delle esigenze

Lei ha pianificato la sua carriera.

Ora deve fare un'altra lista per le sue esigenze personali, come e con quali mezzi vuole raggiungere questi obiettivi.

È particolarmente importante, che si faccia delle idee chiare in relazione al tempo entro il quale devono essere raggiunti gli obiettivi.

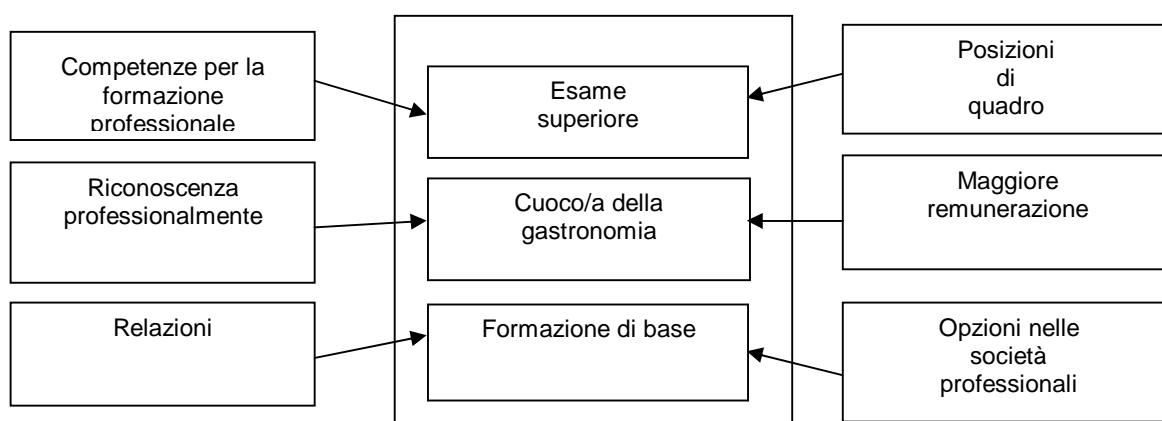
Spesso una pianificazione a breve termine risulta essere fatale. Sorgono fasi con un enorme carico di lavoro supplementare. Inoltre la pressione del lavoro giornaliero in azienda, la preparazione agli esami come pure la vita privata possono condurre al mancato raggiungimento del successo desiderato.

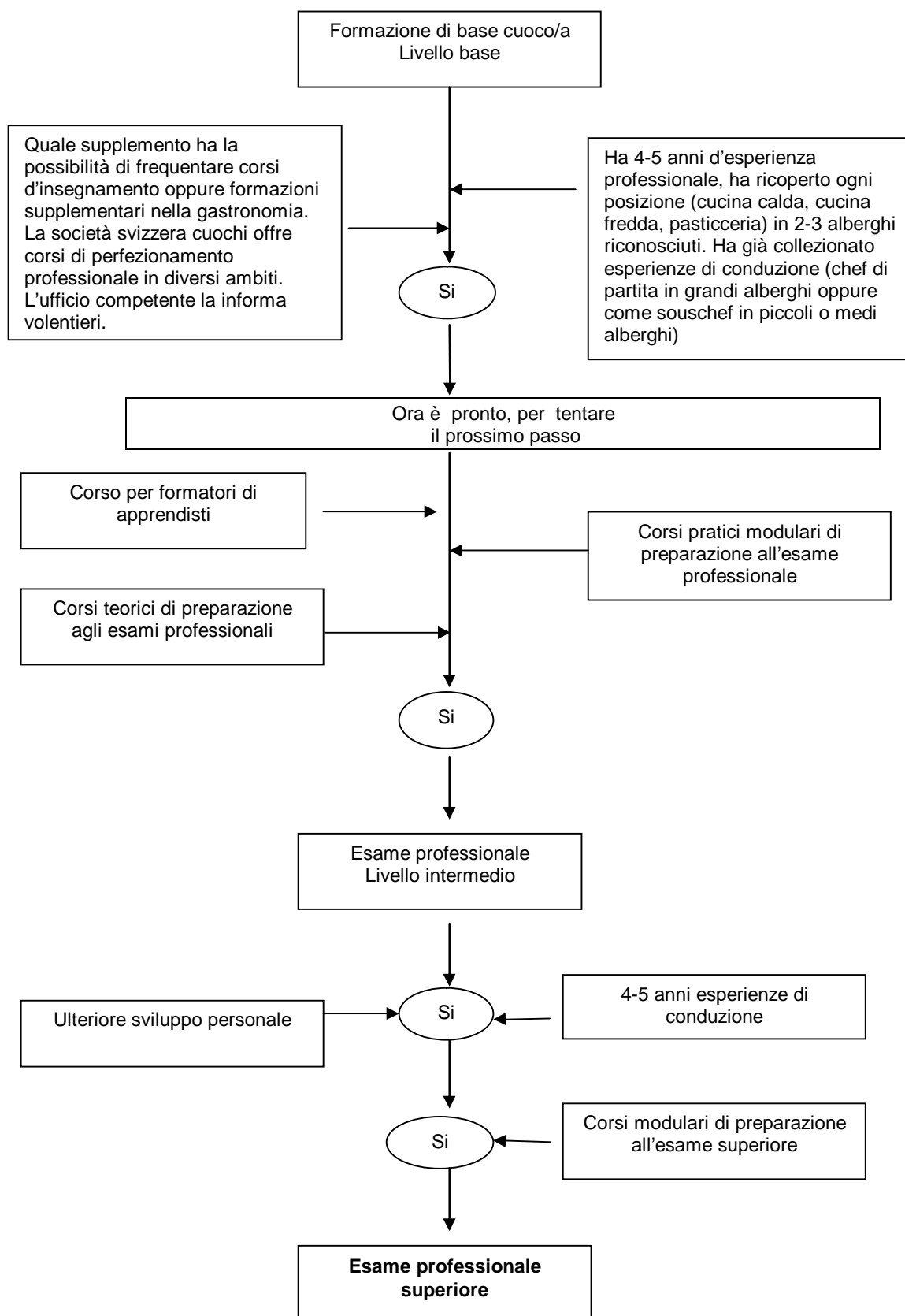
Metta in chiaro le possibilità che il datore di lavoro le concede all'interno e all'esterno dell'azienda, in modo da potersi concentrare di volta in volta sugli obiettivi prefissati nel suo piano di perfezionamento professionale.

Chiarisca in modo molto approfondito anche le sue esigenze personali.

- **Secondo l'esperienza è necessario investire circa 80 giorni per la preparazione agli esami.**
- **La sua vita privata, i suoi hobby e la sua famiglia potrebbe soffrire di questa situazione particolare?**

Il chiarimento di tutti questi punti riveste enorme importanza allo scopo di superare con successo questi periodi senza eccessive pressioni.





4. Finanziamento

Nell'ambito della pianificazione non bisogna dimenticare il finanziamento della preparazione e anche del proprio esame. La pianificazione finanziaria è parte integrante della pianificazione nel suo complesso.

La formazione professionale, quindi la preparazione come pure gli esami, necessitano oltre che di tempo anche dei mezzi finanziari. Per questo motivo chiarisca prima con l'azienda in quale forma potrà contare su un aiuto finanziario. Un'importante forma di sostegno può essere rappresentata dalla libertà di finire il lavoro in azienda (con pagamento di salario). Qualora fosse socio, nell'ambito del campo di validità del contratto collettivo di lavoro, può beneficiare vacanze per il perfezionamento professionale (art. 19 del CCNL). Anche durante lo svolgimento degli esami ha diritto a un determinato periodo di congedo.

Prepari un budget per il perfezionamento professionale conforme alla sua situazione, considerando anche il fattore tempo per la preparazione e per lo svolgimento degli esami..

La formazione professionale costa denaro. S'interessi come e in che modo può dedurre dalle **imposte** i costi per la **formazione continua**.

Conservi tutti i giustificativi (compresi quelli relativi ai costi sostenuti per gli esami) e gli attestati di partecipazione ai corsi di perfezionamento!

Esamini la possibilità di ottenere un credito di formazione dalla sua banca ;anche sussidi possono essere presi in considerazione.

Definisca tutte le sue necessità finanziarie tenendo conto di fattori quali la famiglia, l'abitazione, hobbies, auto, event. crediti ecc.

Da non dimenticare

Se lei è socio della società svizzera cuochi - una società professionale dell'Hotel & Gastro Union – beneficia, in base agli anni di adesione, di uno sconto come sostegno finanziario. Questo contributo le sarà recapitato a conclusione degli esami, indipendentemente dal risultato ottenuto.

L'Hotel &Gastro Union e la società svizzera cuochi offrono ai loro soci corsi pratici modulari per la preparazione dell'esame professionale come pure ulteriori corsi con importanti riduzioni di prezzo/sconti:**Un valido motivo per essere membro della società svizzera cuochi oppure per diventarlo al più presto.**

Quindi presti particolare attenzione alla creazione dello spazio di manovra necessario per il campo finanziario, affinché possa sostenere senza pressioni gli esami e la loro preparazione.

Quali costi sorgono fino agli esami? (prezzi indicativi 2005)

Preparazione teorica prezzi indicativi: (con riserva di cambiamenti)

		prezzi indicativi:	Costi effettivi
Blocco A – economia aziendale		CHF 1`400.-
Blocco B – conoscenze professionali		CHF 1`600.-
Blocco C – preparazione agli esami		CHF 560.-
.....			
Corsi in blocco compreso il materiale didattico		CHF 3`560.- oppure
Corsi giornalieri, insegnamento		CHF 2`400.-
materiale didattico		CHF 400.-
		in più	
Vitto	CHF 32.- /giorno	CHF 800.-
Alloggio	CHF 90.- /giorno	CHF 2`250.-
Trasferte		

Preparazione pratica prezzi indicativi: **Società cuochi** (con riserva di cambiamenti)

Cucina calda			
Cucina fredda		tutti assieme in blocco (circa)	
Pasticceria		CHF 3`000.- fino CHF 3`200.-
Simulazione d'esame		dedotto ribasso per soci	

Corso per formatori di apprendisti

Ulteriori acquisti individuali

Computer , software		
Libri professionali		
Attrezzi di lavoro (coltelli,utensili speciali ecc.)		
Abiti di lavoro (possibilità di dedurre dalle imposte)		
Costo totale per la preparazione			
+ taxa d'esame		circa CHF 2`100.-

totale dei costi per il perfezionamento professionale cuoco/a della gastronomia con attestato professionale federale

Considerare le riduzioni dei costi.

Sostegno tramite l'azienda, sostegno tramite società professionali.

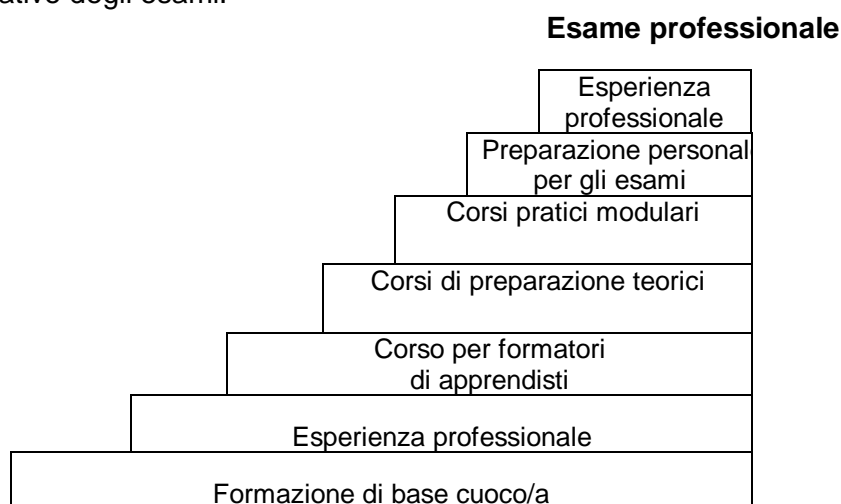
Deduzioni fiscali per i costi di perfezionamento professionale, ecc

5. Preparazione professionale

Se ha deciso in base alle sue capacità e alla situazione finanziaria di assolvere l'esame professionale, il ruolo centrale è ora ricoperto dalla migliore preparazione possibile.

Ha già studiato il regolamento d'esame attuale che la riguarderà e analizzato le attività professionali svolte fino ad ora in ottica di preparazione?

E meglio, mettere ancora una volta in discussione le diverse capacità e prendere misure adeguate allo scopo di non correre il rischio di valutazioni errate e dover poi elaborare le esperienze negative degli esami.



a) Corsi di preparazione teorici

La premessa principale per assolvere con successo i corsi di preparazione teorici sono un ampio bagaglio di conoscenze professionali a livello di un buon superamento degli esami svizzeri di fine tirocinio.

I corsi di preparazione teorici vengono proposti in diverse forme, a blocchi oppure corsi giornalieri; questi ultimi si svolgono su durate più lunghe.

Corsi in blocco vengono offerti a Weggis dall'Hotel & Gastro formation, corsi di preparazione regionali (in blocco o giornalieri) vengono inoltre offerti dalle commissioni professionali cantonali oppure su loro incarico (Basilea, Berna, Zurigo, Soletta, San Gallo, Argovia, Vaud, Ticino, ecc.)

Questi corsi sono pubblicati dagli organi societari, su richiesta ricevete le informazioni necessarie quali date, prezzi, durata ecc.
(Gli indirizzi sono riportati alla fine di questo opuscolo).

Presentazione dell'offerta dei corsi teorici

All'inizio di un corso di preparazione viene informato in merito all'organizzazione dell'esame professionale e a cosa viene richiesto nelle singole materie professionali.. Nel campo delle conoscenze aziendali vi vengono trasmesse le necessarie nozioni fondamentali.

Conoscenze acquisite sulla conduzione dei collaboratori, organizzazione aziendale, contabilità come pure marketing costituiscono un vantaggio, ma non sono richieste. Al contrario, per riallacciarsi al contenuto dei corsi, risultano importanti una solida formazione di base con pratica professionale in ogni reparto della cucina.

L'esperienza dei corsi precedenti dimostrano che una ripetizione individuale nelle materie delle conoscenze professionali sulla scala EFT può prevenire brutte sorprese.

b) Corsi pratici modulari per la preparazione all'esame professionale della società svizzera cuochi

I corsi pratici servono per approfondire le sue conoscenze pratiche e per una preparazione mirata alle richieste degli esami pratici. Questi corsi servono a definire la propria situazione e non sono adatti per colmare lacune o per eliminare mancanze nel contesto pratico !!!

La conoscenza di tutte le preparazioni di base e dei metodi di cottura di base secondo Pauli (12.edizione tedesco, 3.edizione francese), sono le premesse basilari per sfruttare al massimo i corsi pratici e per una preparazione ottimale agli esami professionali.

La società svizzera cuochi offre questi corsi modulari a livello regionale. Gli stessi sono pubblicati negli opuscoli per la formazione e gli eventi dell'Hotel & Gastro Union e nel giornale del ramo dell'Hotel & Gastro union eXpresso.

Contenuto dei corsi pratici modulari

- Cucina calda: Impara a conoscere il principio "cucinare dal cesto delle merci" e poi preparare con le derrate consegnate delle pietanze nel tempo prestabilito. Grande importanza viene assegnata ai metodi di cottura, alla tecnica di lavoro, all'igiene e alla presentazione.
- Cucina fredda: Riceve una visuale sulla tematica della cucina fredda dalla preparazione, alla cottura fino alla presentazione (ad esempio: terrine, galantine, spume, fingerfood, salse, guarnizioni ecc.)
- Pasticceria: Riceve una visuale sulla tematica della pasticceria classica e moderna dalla preparazione alla cottura fino alla presentazione (ad esempio: paste e masse, biscottini, creme, spume, dolci caldi e freddi, salse, guarnizioni ecc.)

Simulazione d'esame Riceve la possibilità di eseguire un intero esame.

Corsi modulari e durata

Cucina calda	1 giorno
Cucina fredda	2giorno
Pasticceria	2 giorni
Simulazione d'esame	2 giorni

c) Corso per formatori di apprendisti

Il corso per formatori di apprendisti è obbligatorio per l'ammissione agli esami. S'informi presso la divisione della formazione professionale in merito alle offerte esistenti Corsi per FA. vengono offerti anche dall'Hotel & Gastro formazione a Weggis (in tedesco)

d) Ulteriori misure di preparazione

Ogni attività di perfezionamento professionale porta in qualche modo sicurezza. Nonostante ciò le esigenze sono molto individuali e devono essere affrontate secondo le necessità di ogni singolo candidato.

Verifichi in base al regolamento d'esame e le indicazioni del percorso, quali posizioni le potrebbe dare delle difficoltà.

Determinati punti deboli possono essere colmati frequentando corsi speciali, sia in campo teorico che pratico.

Anche la discussione con candidati che hanno già assolto gli esami di cuoco delle gastronomia può costituire un punto d'appoggio. Consideri comunque che si tende spesso a esagerare.

6. Iscrizioni agli esami / Procedura

Con una pianificazione a lungo termine tale passo dovrebbe costituire solo una formalità e sarà superato senza alcun problema.

Lei conosce già il regolamento, i suoi diritti come pure i requisiti richiesti per l'ammissione agli esami.

Gli esami vengono pubblicati tempestivamente nel rispettivo giornale delle società con l'indicazione dei termini d'iscrizione, l'ufficio per l'iscrizione, le date e i costi degli esami.

S'impegni subito per ottenere il formulario d'iscrizione e la documentazione necessaria per l'iscrizione (fate sempre delle fotocopie).

- **I certificati di lavoro (sono da presentare completi)**
- **L'attestato di capacità dell'esame di fine tirocinio**
- **Certificato del corso per formatori di apprendisti**
- **Attestati di partecipazione ai corsi per il perfezionamento professionale e dei corsi modulari – corsi pratici ecc.**

Prima presenta la sua documentazione completa, maggiore sarà la sicurezza di essere ammesso agli esami. Se ha qualche dubbio prenda contatto con il segretariato degli esami.

Chiarisca in conformità al regolamento, quali passi intraprendere in caso l'ammissione agli esami venisse rifiutata.

Chiarisca se durante il periodo degli esami avrà altri impegni ad esempio: il servizio militare ecc. I costi supplementari, oltre al costo degli esami, che dovrà sopportare. (viaggi, pernottamenti ecc.) li ha già definiti.

Studi in tempo e con precisione il piano e l'organizzazione degli esami. Un ritardo nella presentazione può avere ripercussioni negative. Di conseguenza conoscere il luogo degli esami costituirebbe un vantaggio.

- I vostri libri, ricette, documentazione sono aggiornati ?
- Ha i suoi attrezzi, gli indumenti di cucina, scarpe in ottimo stato ?
- Ha studiato bene le informazioni per i candidati ?
- Sa quale materiale e quando è ammesso ?
- Ha pagato tutte le spese per gli esami ?
- Ha controllato il piano degli esami con l'attribuzione dei suoi periti ?

Eventuali ricorsi nei confronti di periti, i quali verranno esaminati secondo il piano operativo, sono possibili nel rispetto dei termine di regolamento.

Osservare il regolamento d'esame

7. Svolgimento degli esami

Gli esami professionali sono moderni e aperti, i quali vengono svolti senza trappole e trabocchetti. Tutti i candidati ricevono un piano d'esame con luogo, ora e data relativo al proprio esame.

Può assolvere i suoi esami in modo **responsabile** e in condizioni ottimali.

Cambiamenti dello svolgimento degli esami vengono comunicati per tempo ai candidati.

Nel caso in cui dovessero verificarsi situazioni a sfavore del candidato, esse devono essere immediatamente annunciate alla commissione d'esami. Al contrario per gli errori propri commessi dal candidato, la responsabilità non può essere attribuita a nessuno.

I periti d'esame e la commissione d'esame, che assistono i candidati durante gli esami sono stati istruiti per questo compito.

Si tratta di persone professionalmente riconosciute, selezionate dalla commissione d'esame secondo criteri specifici.

I periti non possono dare informazioni ai candidati relative allo svolgimento degli esami e alle note

L'esame nel complesso viene suddiviso e valutato nell'ambito teorico, scritto e pratico.

I tre campi daranno il quadro generale delle capacità del candidato.

Per il successo oppure l'insuccesso agli esami verranno raggruppate e comunicate le prestazioni generali con le note di posizione e la nota finale.

8. Elaborazione del risultato degli esami

Dopo aver sostenuto un esame ci sono persone, che vedono tutto nero e negativo mentre altri, al contrario, trovano che tutto sia andato bene.

Come accade sempre, quando gli esami sono stati superati con successo, gli errori piccoli come anche quelli grandi che si verificano durante gli esami vengono subito dimenticati. Ciononostante si dovrebbe eseguire un'analisi profonda, allo scopo di trarre lezioni anche nell'ottica di futuri esami superiori. Normalmente si vuole sapere quali errori sono stati commessi consapevolmente o meno? Era la paura degli esami oppure non avevo l'effettiva padronanza delle materie?

Alla fine si deve essere contenti e festeggiare il successo con tutte le persone che hanno offerto il loro aiuto, sofferto e atteso insieme.

Nel caso di un insuccesso agli esami si deve, dopo una prima fase di delusione, fare comunque un'analisi precisa dello svolgimento degli esami.

- **Dove sono stati commessi gli errori**
- **Cosa è stato sbagliato?**
- **La preparazione era insufficiente oppure è stata intrapresa nella direzione errata?**
- **Sono stati fatti effettivamente dei lavori di preparazione?**
- **Sono stati frequentati corsi di preparazione e i corsi modulari pratici ?**

Cerchi prima gli errori in lei stesso e se vi è stata veramente una valutazione negativa nei vostri confronti, ha la possibilità di ricorrere.

Rifletta comunque bene prima di fare questo passo.

Faccia una richiesta al segretariato degli esami per ottenere eventuali informazioni, in modo da ottenere i chiarimenti permessi da regolamento.

Nell'ambito della possibilità di ricorso concessa al candidato, bisogna considerare che le dichiarazioni del candidato devono essere solide, fondate e supportate da indicazioni precise.

Ponderi questo passo in modo lucido e senza emozioni. Non si faccia influenzare da parenti o amici, in quanto non vi giudicano con gli stessi occhi dei periti.

Prenda inoltre in considerazione la possibilità di ripetere gli esami necessari. Le informazioni del caso le saranno fornite dal segretariato degli esami incaricato.

Un insuccesso agli esami non significa che non sappia svolgere il proprio mestiere. È importante che impari dagli errori commessi e che apporti le necessarie correzioni per la ripetizione degli esami.

9. Come proseguire? Prossimo obiettivo

Solo quando un obiettivo è stato raggiunto si può programmare fiduciosi il prossimo, per esempio il diploma federale di capo cuoco. Anche in questo caso vi consigliamo di prepararsi chiarendo i bisogni e pianificando allo stesso modo applicato per il cuoco della gastronomia.

I candidati promossi sono anche persone richieste in qualità di periti agli esami professionali, sia per esami finali di fine tirocinio o per cuoco della gastronomia. Inoltre la società svizzera cuochi cerca sempre persone capaci che possono essere introdotte come istruttori, allo scopo di trasmettere le loro esperienze e conoscenze alla nuova generazione. In questo modo i professionisti con l'attestato professionale federale danno una garanzia per la professione del cuoco moderna e un'immagine futura consona.

10. Informazioni, opuscoli, regolamenti

Le possibilità d'iscrizione ai diversi esami le trova in:

- eXpresso, settimanale dell'Hotel & Gastro Union e le sue quattro società professionali
- Hotel + touristik Revue, hotelleriesuisse
- Schweizer Gastronomie, Gastro Suisse
- Comptence H+Spitäler der Schweiz

Opuscoli

- "formazione ed eventi" opuscolo annuale dell'Hotel & Gastro union e le sue quattro società professionali
- "gli esami professionali, un passo importante per la carriera professionale e la gastronomia.

Regolamenti:

Regolamento d'esame Esami professionali per cuoco/a della gastronomia con attestato professionale federale in t/f/i

Regolamento d'esame Esami professionali per cuoco/ d'ospedale e gastronomia collettiva con APF in t/f/i

Legge sulla formazione professionale

11. Indirizzi utili / informazioni

Società svizzera cuochi
Adligenswilerstrasse 29/22
Casella postale 4870
6002 Lucerna

Tel. 041.418.22.22
Fax 041.412.03.72
info@kochverband.ch

Hotel & Gastro Union
Ufficio Lucerna

Tel. 041.418.22.22

Hotel & Gastro Union
Ufficio Zurigo

Tel. 01.201.31.36

Hotel & Gastro Union
Ufficio Losanna

Tel. 021.616.27.07

Hotel & Gastro formation
Eichstrasse 20
Schulzentrum
6353 weggis

Tel. 041.390.29.29
Fax 041.390.29.33
schulzentrum@hotelgastro.ch

H+ Spitäler der Schweiz
Vereinigungszentrum Krankenhäuser
Ausbildungszentrum
Rain 36
5000 Aarau

Tel. 062.834.00.24
karin.maier@hplus.ch

H+ Formation
Route de Grandvaux 14
1096 Cully

Tel. 021.799.92.69
pierrette.chenevard@hplus.ch

LA SOCIETÀ CUOCHI

“Créateur de saveurs”

è l'organizzazione professionale degli apprendisti, impiegati, persone qualificate, quadri e professionisti attivi in cucina.

LA **SOCIETÀ SVIZZERA CUOCHI** appartiene a:

- Settore specialista per ospedali, gastronomia collettiva
- Settore specialista per la dietetica
- Settore specialista per pasticceria

LA **SOCIETÀ SVIZZERA CUOCHI** rappresenta i cuochi svizzeri in tutto il mondo e partecipa, con la squadra nazionale di arte culinaria, a concorsi internazionali di cucina.

*Redatto dalla commissione dei corsi della società svizzera cuochi,
società professionale dell'Hotel & Gastro Union*

1. edizione 2006/ 200

Copyright gt società svizzera cuochi