

Eksempler på fritidsinteresser.

Afsnittet fritidsinteresser har det formål at fortælle modtagerne (arbejdsgiver/HR/leder) hvem du er som menneske om din personlighed – at styrke personen/menneskets overgang fra fritidsinteresse til erhvervskompetence er bag alle de andre data. Derfor er det et vigtigt punkt at gøre noget ud af. Fortæl kort om de ting og begivenheder, du laver i din fritid, sådan at en arbejdsgiver, HR folk eller lederne vil kunne se dig som et erhvervsaktiv for virksomhedens behov, gennem dine synlige kompetencer. En fordel ville være at finde virksomhedernes værdier/kompetencer og matche dem i din tekst om fritidsinteresser. Læs og se eksempler nedenfor, som du kan blive inspireret af og bygge videre på, for dine eget afsnit om fritidsaktiviteter.

Udover min familie bruger jeg primært min fritid på sport på motionsniveau samt vandreture i naturen - holder meget af fodbold og håndboldt. Efter en tur i naturen og i sportshallen sammen med vennerne, slapper jeg behageligt af med ny frisk energi og weekenderne har jeg tit tid til god bog og holder mig dagligt orienteret gennem aviser og ugeblade – det træner og styrker min intellektuelle færdigheder og kulturelle indsigt. Denne indsigt og disse færdigheder, optimere min rationelle og objektive refleksion til omverden.

Hobby og fritid, her kan godt lide at bruge mine hænder og min tekniske indsigt, og arbejder med at reparere biler, knallerter og retter små skader på huset, samtidig for jeg holdt mine tekniske kompetencer ved lige og kommer i snak med andre mennesker. Når jeg skal koble af, gør jeg det gerne med en tur på racercyklen eller med en god bog. Skal det være mere festligt, arrangere og koordinere jeg gerne god koncert eller vin og ølsmagning.

En del af min fritid bruger jeg på min passion for kormusik og sang. Jeg har siden 2005 været medlem af Vor Frue Kirke Århus' Kantori. Min deltagelse i denne "sport", gør at jeg holder min kreative personlighed ved lige – netop musik og at synge styrker og træner mine kompetencer i perception, at komme på nye ideer og se andre muligheder sammen med andre mennesker.

I min fritidsliv er det familien, mine børn og vennerne der er i højsædet. Jeg er et socialt menneske og sætter bestemt pris på tid for mig selv med løbeture, løbende faglig og personlig udvikling via kursus og uddannelse samt udvider mine sproglige kompetencer gennem vores lokale litteratur forening hvor jeg er genvalgt til formand. Det bliver også til, at male/restaurere gamle ting i huset og i haven - det styrker mine kreative kvalifikationer.

I de timer, hvor har fri fra jobbet - dyrker jeg min indre nørd ved at læse og se film, helst om månekapløbet i 60'erne, 2. verdenskrig, ubåde eller nyere historie. Tiden til at læse og se film, giver mig tid til research for min undervisning i ungdomsklubben Håkon huk. I øjeblikket løber jeg 30-40 km om ugen som træning til mit første maraton i Berlin til september. De lange træningsture er en kærtkommen mulighed for at "få rettet tankerne ud" og passer mit velvære og omsorg ved hjælp af gennem kroppens egne stoffer.