



Comune di San Giovanni Lupatoto



Comitato Provinciale  
per l'Orientamento Scolastico  
e Professionale Verona



con il contributo  
della Regione Veneto



*Orientare significa favorire un processo di formazione alla decisionalità,  
allo scopo di incoraggiare scelte autonome e consapevoli.*

*Non si sceglie una volta sola nella vita.*

*L'individuo deve accettare di scommettere continuamente su di sé,  
progressivamente, accettando il cambiamento che le dinamiche  
della vita professionale suggeriscono.*

*Compito dell'orientamento è quello di fornire all'individuo gli strumenti  
per conoscersi e conoscere la realtà economico-professionale che lo circonda  
incoraggiando e sostenendo le nuove scelte, frutto del continuo rinnovamento  
che l'evoluzione economica e sociale impone.*

*da AA. vari e dal "Manuale per l'Orientamento ad uso delle Sezioni circoscrizionali per l'Impiego"*

**Orientarsi...**  
**per migliorare**

**nel lavoro, nella vita,  
nella società**

## **CORSI di ORIENTAMENTO per ADULTI** **Partecipazione ed iscrizione gratuite**

*Gli incontri si svolgeranno presso*

**Centro Giovanile di Casa Novarini**

Via Monte Ortigara, 7 - San Giovanni Lupatoto

Se sei interessato/a a partecipare rivolgiti



**COSP  
Verona**

**Comitato Provinciale per l'Orientamento Scolastico  
e Professionale Verona**

**COSP Verona**

Vicolo Vetri, 15 - 37129 Verona  
Tel. 045 597108 - Fax 045 8020320  
www.cosp.verona.it - cosp@cosp.verona.it

**Orario di apertura:**

dal lunedì al giovedì dalle ore 9.00 alle ore 17.00  
negli altri giorni puoi lasciare un messaggio  
in segreteria telefonica e sarai ricontattato/a al più presto.

Referente progetto: Rosa Rizzi

**INFORMAGIOVANI di San Giovanni Lupatoto**

C/o Centro Giovanile di Casa Novarini  
Via Monte Ortigara, 7  
37057 San Giovanni Lupatoto - VR  
Telefono 045-546517 - Fax 045-546517  
E-mail: informagiovani@comunelupatoto.it

**Orario di apertura al pubblico:**

Martedì dalle ore 15,00 alle ore 18,00  
Giovedì dalle ore 15,00 alle ore 18,00  
Venerdì dalle ore 9,00 alle ore 12,00

Referente: Carolina Trabalzini

2008  
2009

## **Prendetevi del tempo per voi**

**L**e veloci, grandi e complesse trasformazioni  
che sono oggi in atto tendono a disorientare  
le persone. Giovani o adulte, senza distinzioni.  
Il mondo che conoscevamo ieri, oggi è cambiato.  
I figli non sanno più riconoscersi nelle esperienze  
dei genitori. Siamo tutti esposti, nessuno  
escluso, ai cambiamenti del nostro tempo.  
Così, spesso senza bussola, affrontiamo le tante  
sfide quotidiane.

Questo ciclo di incontri gratuiti promossi  
dall'Amministrazione Comunale, dal Cosp  
Verona (Comitato provinciale per l'Orientamento  
Scolastico e Professionale) e dall'Informagiovani  
di San Giovanni Lupatoto sono stati pensati e  
programmati per aiutare le persone a non perdere  
l'orientamento, a ritrovare o a scoprire per la

prima volta il proprio orizzonte professionale.  
Fermatevi un momento. Uscite dalla frenesia  
quotidiana. Prendetevi qualche ora di tempo  
per Voi.

Insieme agli esperti formatori del Cosp avrete  
l'opportunità di ridisegnare e ricalibrare i Vostri  
obiettivi. Essere pronti e preparati ad affrontare  
i cambiamenti di domani è un desiderio e una  
necessità di tutte le persone.

Oggi non riusciamo ancora a comprendere se  
questi cambiamenti miglioreranno la nostra vita  
e il nostro futuro. Possiamo solo cercare di essere  
pronti e preparati per affrontarli.

Gino Fiocco

Assessore alla Cultura e alle Politiche Giovanili

# Orientarsi... per migliorare nel lavoro, nella vita, nella società

## programma



### AUTOSTIMA ed IMMAGINE di SÈ

Tre incontri di due ore tenuti dalla Dott.ssa Katia Bernardelli, consulente e formatrice COSP.  
**Il corso si rivolge a:** donne, lavoratrici o disoccupate, mamme, uomini lavoratori o disoccupati, ragazzi e ragazze che vogliono affrontare la vita imparando ad avere fiducia nelle proprie possibilità.  
**Ti aiuterà a:** conoscere le tue risorse ed utilizzarle per ottenere il massimo, dal lavoro e dalla vita.  
**Ti può essere utile per:** migliorare la tua posizione professionale, inserirti o re-inserirti nel mercato del lavoro, acquisire fiducia in te stesso/a per superare momenti difficili.

#### PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

È sufficiente iscriversi telefonando al  
**COSP Verona al numero 045-597108**

Mercoledì 8 ottobre	Le multifacce dell'autostima
Mercoledì 15 ottobre	Autostima e competenze sociali
Mercoledì 22 ottobre	Valutare il proprio livello di autostima

Dalle ore 20,30 alle ore 22,30



### La CAPACITÀ di COMUNICAZIONE: una competenza professionale

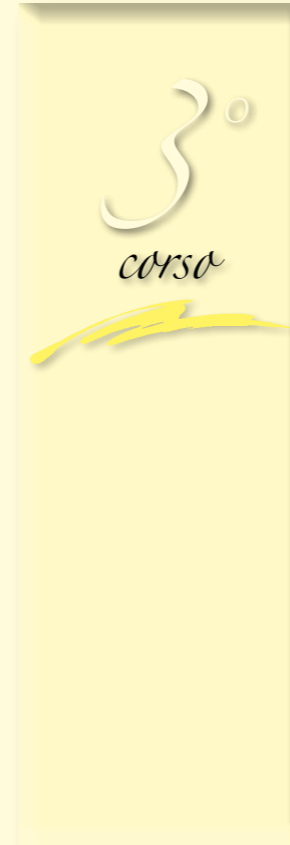
Corso breve di 6 ore, strutturato in 3 incontri, tenuto dalla Dott.ssa Laura Bombieri, consulente e formatrice COSP.  
**Il corso si rivolge a:** donne e uomini che vogliono migliorare la propria capacità di comunicazione.  
**Ti aiuterà a:** migliorare i rapporti con gli altri (colleghi, clienti, superiori...) sul lavoro e nella vita.  
**Ti può essere utile per:** migliorare la tua capacità di farti capire e di ottenere quello che desideri nelle situazioni lavorative.

#### PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

È sufficiente iscriversi telefonando al  
**COSP Verona al numero 045-597108**

Mercoledì 29 ottobre	La comunicazione interpersonale
Mercoledì 5 novembre	Gli errori e gli ostacoli che intervengono nel processo comunicativo
Mercoledì 12 novembre	Migliorare la propria competenza comunicativa

dalle ore 20,30 alle ore 22,30



3°  
CORSO

### DONNE e LAVORO

Otto incontri di tre ore tenuti dalla Dott.ssa Luisa Adamo, consulente e formatrice COSP e da esperti del mercato del lavoro e della formazione.

**Il corso si rivolge a:** donne disoccupate o lavoratrici, che vogliono entrare nel mondo del lavoro o migliorare la loro posizione professionale e desiderano mettere a fuoco le proprie aspirazioni.

**Ti aiuterà a:** conoscere le tue potenzialità e competenze, definire con maggiore precisione il tuo progetto lavorativo.

**Ti può essere utile per:** acquisire tecniche e strumenti necessari per muoversi facilmente nel mondo del lavoro.

#### PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

È sufficiente iscriversi telefonando al  
**COSP Verona al numero 045-597108**

Venerdì 14 novembre	Il mercato del lavoro e i profili professionali richiesti
Mercoledì 19 novembre	Bilancio delle risorse personali e professionali
Venerdì 21 novembre	Valorizzazione delle proprie risorse e della propria identità di genere
Mercoledì 26 novembre	La stesura del curriculum vitae e la lettura degli annunci di selezione
Venerdì 28 novembre	Il colloquio di selezione: come si affronta con successo
Mercoledì 3 dicembre	Lavoro e Pari Opportunità: cosa è cambiato?
Venerdì 5 dicembre	I nuovi rapporti di lavoro e le forme contrattuali più diffusi per le donne
Mercoledì 10 dicembre	Il mio progetto professionale: i passi da compiere

Per chi frequenterà almeno l'80% delle ore di formazione è prevista una piccola borsa di studio.

dalle ore 9,00 alle ore 12,00



### CREARE IMPRESA nel SOCIALE

Quattro incontri di due ore condotti dalla Dott.ssa Maria Rita Graziani, consulente e formatrice COSP.  
**Il corso si rivolge a:** donne e uomini che pensano di dare avvio a nuove imprese sociali e attività autonome nel settore dei servizi alle persone.

**Ti aiuterà a:** acquisire tecniche e metodologie di analisi, pianificazione e valutazione di un progetto imprenditoriale.

**Ti potrà essere utile per:** conoscere gli strumenti, le normative, le agevolazioni per avviare una impresa nel sociale.

#### PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

È sufficiente iscriversi telefonando al  
**COSP Verona al numero 045-597108**

Mercoledì 7 gennaio 2009	Imprenditore/imprenditrice oggi: le competenze necessarie
Mercoledì 14 gennaio 2009	Fare impresa nel sociale: una testimonianza
Mercoledì 21 gennaio 2009	Le caratteristiche dell'impresa sociale: forme giuridiche e organizzazione
Mercoledì 28 gennaio 2009	Il mio progetto: i passi da compiere.

dalle ore 20,30 alle ore 22,30



4°  
CORSO