



Unione di Comuni
San Martino Buon Albero
Lavagno



Comune di
San Martino
Buon Albero



Comune di
Lavagno



Con il contributo
della Regione Veneto

È nostra convinzione che, di fronte alle sfide che la società propone ai nostri giovani, ma anche a noi adulti, sia necessario promuovere iniziative mirate a rafforzare gli strumenti adeguati alla gestione di quei problemi legati agli aspetti relazionali, lavorativi e formativi che ogni giorno ognuno di noi si trova ad affrontare.

In quest'ottica il **Servizio Politiche Giovanili dell'Unionvalli** organizza, in collaborazione con il Cosp di Verona, nell'ambito del Progetto "Investire in formazione. Rete dei Comuni per l'orientamento degli adulti", tre corsi di formazione gratuiti rivolti sia ai giovani del nostro territorio, sia **ai cittadini e alle cittadine di San Martino B.A. e di Lavagno** interessati a partecipare ad alcuni momenti di formazione personale, professionale e sociale.

I temi trattati nei corsi saranno:

- "Autostima ed immagine di sé" rivolto a tutti coloro che vogliono migliorare la consapevolezza delle proprie capacità per consolidare la propria autostima con lo scopo di promuovere meglio i progetti personali e professionali;
- "La capacità di comunicazione: una competenza professionale" rivolto a coloro che desiderano migliorare le proprie capacità relazionali;
- "Percorso di orientamento per giovani" dedicato ai giovani adulti in cerca di occupazione, per aumentare la conoscenza delle tecniche di ricerca attiva del lavoro e l'acquisizione di maggiori informazioni delle peculiarità che tale mercato possiede.

Invito dunque i nostri cittadini a cogliere le opportunità offerte da questo Progetto con l'augurio che siano in molti a trarre beneficio da questa iniziativa.

L'Assessore alle Politiche Giovanili
Gigi Bertacco

Se sei interessato/a a partecipare rivolgiti



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.

progetto
RETE dei COMUNI

Orientarsi...
per migliorare

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

CORSI di ORIENTAMENTO per ADULTI

promossi ed organizzati da COSP Verona e da



UNIONVALLI

Unione di comuni

San Martino Buon Albero - Lavagno

Partecipazione ed iscrizione gratuite

Gli incontri si svolgeranno presso

Biblioteca Civica Comunale "don Milani"

Piazza del Popolo

San Martino Buon Albero (VR)

2008-2009

1° CORSO

AUTOSTIMA ed IMMAGINE DI SÈ

Tre incontri di due ore tenuti dalla Dott.ssa Anna Maroli, 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

Giovedì 20 novembre

Cos'è l'autostima?

Lunedì 24 novembre

I fattori che influenzano la nostra autostima

Giovedì 27 novembre

Migliorare l'autovalutazione di sè

Dalle ore 20,30 alle ore 22,30

2° CORSO

La CAPACITÀ di COMUNICAZIONE: una COMPETENZA PROFESSIONALE

Tre incontri di due ore condotti dalla Dott.ssa Laura Facchinetti, formatrice e consulente COSP.

Il corso si rivolge a: donne e uomini, lavoratori o disoccupati, ragazze e ragazzi 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 per costruire rapporti interpersonali produttivi.

Ti può essere utile per: apprendere i meccanismi della comunicazione e aumentare la propria credibilità

PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

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

Giovedì 4 dicembre

La comunicazione interpersonale

Martedì 9 dicembre

Gli errori e gli ostacoli che intervengono nel processo comunicativo

Giovedì 11 dicembre

Migliorare la propria competenza comunicativa

dalle ore 20,30 alle ore 22,30

3° CORSO

ORIENTAMENTO PROFESSIONALE per GIOVANI ADULTI

Cinque incontri di due ore ciascuno condotti dalla Dott.ssa Lisa Conforto e dalla Dott.ssa Katia Bernardelli, consulenti e formatrici COSP Verona.

Il corso si rivolge a: giovani che hanno terminato il loro percorso scolastico, diplomati o laureati, disoccupati o in cerca di nuova occupazione, ed è finalizzato alla individuazione di un proprio progetto professionale.

Ti aiuterà a: individuare un proprio personale progetto professionale.

Ti può essere utile per: acquisire gli strumenti e le informazioni utili per meglio attivarsi nella ricerca del lavoro.

PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

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

Il mercato del lavoro

Martedì 13 gennaio

Possibilità lavorative e formative nei settori di interesse e le strategie per accrescere la propria impiegabilità

Tecniche di ricerca attiva del lavoro

Martedì 20 gennaio

Come fare una buona presentazione di te: il curriculum vitae

Giovedì 22 gennaio

Il colloquio di lavoro: come gestirlo in maniera efficace

La conoscenza di sé

Martedì 27 gennaio

Valorizzare le proprie competenze e le esperienze professionali e formative pregresse

Giovedì 29 gennaio 2009

Definizione del proprio progetto professionale.

dalle ore 20,30 alle ore 22,30