



Tra i Comuni di
Caldiero, Colognola ai Colli,
Illasi e Mezzane di Sotto



Con il contributo
della Regione Veneto

progetto
RETE dei COMUNI

Orientarsi...
per migliorare

nel lavoro, nella vita,
nella società

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

Il Cosp è aperto con il seguente orario
Lunedì-venerdì dalle 9.00 alle 17.00

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

2008

UniCredit Group

Iniziativa realizzata con il contributo di Cariverona Banca

Comune di ILLASI

Corso "DONNE E LAVORO"

Breve corso di orientamento rivolto a donne, occupate o disoccupate, che intendono essere informate sulle attuali opportunità lavorative e conoscere le proprie potenzialità e competenze. Acquisire strumenti e tecniche per muoversi facilmente nel mondo del lavoro.

Due incontri di due ore ciascuno, condotti dalla Dott.ssa Luisa Adamo, consulente ed operatrice COSP Verona.

PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

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

Giovedì 23 ottobre

Il mercato del lavoro e i profili professionali richiesti

Giovedì 30 ottobre

Bilancio delle risorse personali e professionali.

Dalle ore 20,30 alle ore 22,30

Gli incontri si terranno presso
la Sala Civica,
via Cadene (c/o Palazzetto dello Sport)

Il corso può essere continuato con gli incontri che si terranno a
Colognola ai Colli

Serata
a tema

Giovedì 6 novembre
dalle ore 20,30 alle ore 22,30

CONCILIARE LAVORO e FAMIGLIA

presso la Sala Civica,
via Cadene (c/o Palazzetto dello Sport)

Comune di CALDIERO

Corso AUTOSTIMA e la GESTIONE dello STRESS e delle SITUAZIONI DIFFICILI

Corso rivolto a donne e uomini adulti, occupati o disoccupati, ragazzi e ragazze, che vogliono migliorare la conoscenza di se stessi, rafforzare i propri livelli di autostima e accrescere la consapevolezza delle proprie capacità per affrontare le inevitabili difficoltà che possono provocare periodi di stress. .

Il corso tenuto dalla Dott.ssa Anna Maroli, consulente e formatrice COSP, si sviluppa in sei incontri di due ore ciascuno.

PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

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

Biblioteca Comunale di Caldiero al numero 045 6152502
nei seguenti orari di apertura: lun e sab, dalle 9 alle 12;
mart merc gio ven, dalle 15 alle 18

Martedì 4 novembre

Autostima: rapporto tra autovalutazione e aspirazioni

Martedì 11 novembre

I fattori che influenzano la nostra autostima

Martedì 18 novembre

Che cos'è lo stress?

Martedì 25 novembre

Le cause dello stress

Martedì 2 dicembre

Gestire ed affrontare le situazioni difficili

Martedì 9 dicembre

Migliorare la propria autostima attraverso le tecniche di gestione dello stress

Dalle ore 20,30 alle ore 22,30

Giovedì 11 dicembre

Serata a tema
aperta a tutta la cittadinanza sul tema

"MOBBING: COS'È E COME CI SI DIFENDE?"

Tutti gli incontri si terranno a CALDIERO
presso la Sala Civica - Piazza Vittorio Veneto
dalle ore 20,30 alle ore 22,30.

Comune di COLOGNOLA AI COLLI

Corso "DONNE E LAVORO"

Breve corso di orientamento rivolto a donne, occupate o disoccupate, che vogliono essere informate sulle nuove opportunità lavorative e desiderano mettere a fuoco le proprie aspirazioni. Il corso, che può essere considerato continuativo di quello realizzato a Illasi, è strutturato in due incontri di due ore ciascuno ed è condotto dalla Dott.ssa Luisa Adamo, operatrice e consulente COSP Verona.

PARTECIPA ANCHE TU! IL CORSO è GRATUITO

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

Mercoledì 12 novembre

Lavoro autonomo o lavoro dipendente

Mercoledì 19 novembre

I nuovi rapporti di lavoro e le forme contrattuali più diffusi per le donne

Gli incontri si terranno a
COLOGNOLA ai COLLI
presso la sede AUSER
via Montanara

Dalle ore 20,30 alle ore 22,30