

CENTRO STUDI LA CONTRADA

www.centrostudilacontrada.com

Il Centro Studi La Contrada di Casarza Ligure è un centro di formazione che propone corsi, laboratori ed eventi culturali rivolti in particolare agli operatori del mondo socioeducativo.

Offre attività di sostegno allo studio per bambini e adolescenti, e percorsi formativi sia in aula che on line, nell'ambito del web marketing, della media education, dell'alfabetizzazione digitale, delle arti e della musica.

WORKINGEASYTOGETHER

www.workingeasytogether.it

Brand creato da Elisabetta Beccaria, consulente con pluriennale esperienza in ambito progetti complessi rivolti a target specifici - donne, giovani, lavoratori, gruppi vulnerabili - e per lo sviluppo del territorio. Elisabetta si è formata ed è attiva praticante in mindfulness e yoga e realizza progetti e interventi per la gestione dello stress anche in aziende.

ISTITUTO EUROPEO DI PSICOLOGIA POSITIVA

www.iepp.es/it

La Psicologia Positiva studia scientificamente il funzionamento umano ottimo, cioè quali sono i fattori che permettono di vivere la vita in maniera piena e soddisfacente attraverso lo sviluppo delle potenzialità personali.

DONNE & LAVORO

PERCORSO PILOTA
DI CONSULENZA E FORMAZIONE
PER 12 DONNE OVER 35
DISOCCUPATE DA PIÙ DI 12 MESI
E LAVORATRICI AUTONOME

DURATA E ORARIO DEL PERCORSO

20 ORE IN 8 INCONTRI
DI H 2:30 CIASCUNO
IN ORARIO MATTUTINO

COSTO DI PARTECIPAZIONE

€250

VERSAMENTO IN 2 RATE:
€100 ALL'ISCRIZIONE
€150 ENTRO IL 4° INCONTRO



INFORMAZIONI & ISCRIZIONI

+39 347 2248330

+39 349 7372120

(da lunedì a venerdì ore 10-12)



SEDI DEL CORSO

Chiavari

Casarza Ligure % Centro Studi La Contrada



WEB

www.centrostudilacontrada.com

www.workingeasytogether.it

www.iepp.es/it

DONNE & LAVORO

PERCORSO DI ORIENTAMENTO PER
DONNE ALLA RICERCA DI LAVORO

CON IL PATROCINIO
DEI COMUNI DI



CASARZA
LIGURE



CASTIGLIONE
CHIAVARESE



CHIAVARI



COGORNO



LEIVI



WORKINGEASYTOGETHER

IL PROGETTO

Conosciamo la difficoltà delle donne a rientrare nel mercato del lavoro, la confusione su cosa fare e dove andare, la demotivazione nel ritrovare obiettivi e strumenti conciliabili con i tempi di vita personale.

Questo percorso vuole sostenere le donne che hanno bisogno di orientarsi per ritrovare la direzione, la motivazione e la fiducia nelle proprie capacità, riscoprire competenze e talenti e riprendere in mano il proprio progetto di vita professionale.

TEMI AFFRONTATI

LA MOTIVAZIONE

Imparare a farsi le giuste domande e darsi le giuste risposte

ANALISI E MAPPATURA DELLE COMPETENZE

Imparare a leggere e organizzare le proprie esperienze professionali e di vita in modo spendibile sul mercato del lavoro

CONOSCERE E VALORIZZARE IL PROPRIO POTENZIALE

Come focalizzare l'attenzione su ciò che rende "unici" e come valorizzarlo in termini di obiettivi raggiungibili e sostenibili nel tempo

GESTIRE LO STRESS

Strumenti utili a gestire ansia, desideri, aspettative e delusioni professionali

CONOSCERE IL TERRITORIO E LE OPPORTUNITÀ

Conoscere meglio il mercato nel quale vogliamo muoverci, come cercare le opportunità e i migliori strumenti per presentarsi

PROJECT WORK

Implementazione del proprio progetto professionale

A fine percorso sarà possibile sostenere un'intervista lavorativa presso una società del territorio o un colloquio individuale con Laboratorio Impresa (www.laboratorioimpresa.org) per eventuali progetti di startup.