



## Corso gratuito per donne disoccupate: “Self empowerment per lo sviluppo del talento femminile”

*Corso attivato tramite Dote Unica Lavoro Regione Lombardia con sostegno finanziario Fondo Sociale Europeo*

Il corso nasce dalla necessità di **supportare donne disoccupate che desiderano rientrare nel mercato del lavoro** dopo un periodo di assenza (spesso dovuta alla maternità o a carichi familiari) fornendo e valorizzando le competenze e le tecniche necessarie al fine di incrementare possibilità più eque nella ricerca di lavoro e nello sviluppo professionale.

Tematiche centrali del corso saranno lo sviluppo e la valorizzazione delle **competenze trasversali** (soft skills), intese come l'insieme di conoscenze, capacità e abilità personali valorizzabili sia nei contesti lavorativi che nella relazioni quotidiane.

Le donne, soprattutto in seguito all'esperienza di maternità, sono depositarie di un patrimonio di soft skills che faticano a riconoscere e valorizzare: l'ascolto, la capacità di comprensione degli altri, la comunicazione, l'empatia, il multitasking sono oggi tratti distintivi ricercati e che creano valore in azienda.

Verranno, inoltre, approfondite le **opportunità offerte dal web**, strumento di informazione, visibilità, comunicazione e promozione delle proprie competenze (personal branding).

### ARTICOLAZIONE DEL CORSO

Il corso, rivolto in particolare a donne diplomate o laureate e disoccupate da oltre 6 mesi, avrà una durata di 48 ore e affronterà le seguenti tematiche:

- Le competenze trasversali: importanza e analisi
- Comunicare efficacemente me stessa: ascolto ed espressione, tecniche di comunicazione assertiva, la comunicazione non verbale, presentazioni e colloqui di selezione
- La relazione digitale: come si comunica oggi attraverso il web
- Il web self marketing: i social media, conoscerli e usarli per promuovere se stesse
- La ricerca attiva del lavoro: un piano di self marketing
- Il ruolo della Consigliera di Parità: il diritto all'uguaglianza sul posto di lavoro
- I servizi sul territorio e la legislazione a tutela delle donne

Si precisa che il corso sarà inserito all'interno del progetto Dote Unica, che prevede per tutte le partecipanti anche servizi di orientamento personalizzati e di supporto alla ricerca attiva del lavoro.



## DOVE E QUANDO

Le lezioni si svolgeranno presso la sede di Afol Metropolitana, in via Soderini 24 Milano

Avvio: **aprile 2018**, due mattine a settimana (**martedì e giovedì 9.30-13.30**)

I colloqui di orientamento saranno concordati con ciascuna partecipante.

## DESTINATARI E REQUISITI DI AMMISSIONE

Max 20 **donne disoccupate** residenti o domiciliate in Lombardia. La partecipazione è a titolo gratuito.

E' previsto un colloquio attitudinale e la verifica dei requisiti di partecipazione.

## INVIO CANDIDATURA

Invio pre-adesione entro **venerdì 23 marzo 2018** all'indirizzo: [m.ghidorzi@afolmet.it](mailto:m.ghidorzi@afolmet.it) con oggetto

ADESIONE CORSO GRATUITO SELF EMPOWERMENT e allegando:

- Nominativo
- Data di Nascita
- Codice fiscale
- Numero di cellulare
- votazione e data conseguimento del titolo di studio
- Data cessazione ultima esperienza lavorativa
- Curriculum Vitae aggiornato

Per info: [m.ghidorzi@afolmet.it](mailto:m.ghidorzi@afolmet.it)