

# Programa Rumbo á Empregabilidade

## Formación en Competencias

Habilidades brandas na procura da mellora da empregabilidade



# Programa Rumbo á Empregabilidade

1ª semana: “Rumbo á  
Empregabilidade”

**1º día**

11 de maio 10.00 a 12.00

**2º día**

12 de maio 10.00 a 12.00

**3º día**

13 de maio 10.00 a 12.00

2ª semana: “Rumbo á  
Empregabilidade”

**4º día**

18 de maio 10.00 a 12.00

**5º día**

19 de maio 10.00 a 12.00

3ª - 8ª semana: “Rumbo á  
Empregabilidade”

**Do 24 de maio o 11 de xullo**

“Rumbo á Empregabilidade”

**Do 11 de maio o 11 de xullo**

- 1. Obradoiros virtuais temáticos**
- 2. Panel de expertas e expertos**
- 3. Mesas de Experiencias**

**Sesións de grupo de traballo**

**Sesións de coaching & mentoring**

**Grupo de Telegram**

## 1ª semana “Rumbo á Empregabilidade” Día 11 de maio de 10.00 a 12.00

### Obradoiro temático

Obradoiro: Competencias a traballar:

1. **Indagar na análise** do mercado laboral
2. Rede de **contactos**. A arte de **contactar**
3. O hábito da **organización**
4. O rol dentro do **traballo en equipo**
5. A **comunicación** na procura de emprego

### Mesa con 4 experiencias de casos e testemuños

4 experiencias que relatarán os seus pasos, as súas andainas que poidan servir como apoio

### Exposición temática

1ª experiencia: “como estou a buscar oportunidades”

### Prácticas: grao de competencia

2ª e 3ª experiencia: testemuños do programa anterior para maiores de 45

### Práctica: SMART para adestrar as competencias

4ª experiencia: Fundación Galega de Formación para o Traballo

# Programa: 1ª semana - 2º día

## 1ª semana “Rumbo á Empregabilidade” Día 12 de maio de 10.00 a 12.00

Taboleiro de expertas e expertos

Mesa con 4 experiencias de casos e testemuños

No taboleiro de expertas e expertos contaremos coa intervención de 8 profesionais de diferentes sectores

4 experiencias que relatarán os seus pasos, as súas andainas que poidan servir como apoio

Abordaremos a través de rondas de preguntas temas actuais e experiencias que brinden novos puntos de vista e, sobre todo, contactos os participantes

1ª experiencia: testemuño dunha participante nun programa anterior para maiores de 45

2ª experiencia: testemuño dunha participante nun programa anterior para maiores de 45

3ª e 4ª experiencia: Programa Lanzadera de Emprego, Programa Plan Integrado de Emprego, acompañamento e apoio a buscar emprego

## 1ª semana “Rumbo á Empregabilidade” Día 13 de maio de 10.00 a 12.00

### Obradoiro temático

Obradoiro: Competencias a traballar:

1. A competencia da **adaptación**
2. A **creatividade** na procura de alternativas
3. A **xestión emocional** para seguir adiante
4. A **resolución** como estratexia de mellora

### Mesa con 4 experiencias de casos e testemuños

4 experiencias que relatarán os seus pasos, as súas andainas que poidan servir como apoio

### Exposición temática

1ª experiencia: : “Poñer foco en facer rede”

### Prácticas: grao de competencia

2ª experiencia: “A visión da empresa formando persoas no posto de traballo”

### Practica: SMART para entrenar as competencias

3ª e 4ª experiencia: Fundación Ronsel e Programa Vives Emprega

## 2ª semana “Rumbo á Empregabilidade” Día 18 e 19 de maio de 10.00 a 13.00

1º Grupo de Traballo – 18 de maio de 10.00 a 13.00

Acompañamento guiado a realizar in situ o caderno de traballo para trazar un plan de acción a tres meses

Traballo coa técnica Canvas

2º Grupo de Traballo – 19 de maio de 10.00 a 13.00

Acompañamento guiado a realizar in situ o caderno de traballo para trazar un plan de acción a tres meses

Traballo coa técnica Design Thinking

## Semanas de coaching & mentoring “Rumbo á Empregabilidade” 24 de maio o 11 xullo

### Sesións de coaching & mentoring

Do total de asistentes pasan a esta fase as **20 primeiras** persoas que reúnan estes requisitos:

- 1- Desempregado/a – xustificante
- 2- Asistencia ao 90% das sesións do Ciclo de Obradoiro Virtual os 5 días
- 3- Plan de traballo realizado
- 4- Motivación para participar

Terán 2 sesións de coaching & mentoring síncronas, máis 2 sesións de coaching & mentoring asíncronas

As sesións de coaching concretaranse con cada participante de forma individual para axustarse ao horario que mellor se adapte

### Sesión andaina polo Camiño de Santiago

Do listaxe das **20 primeiras** persoas que cubran os requisitos, por orde de entrada, as 5 primeiras persoas participarán na iniciativa do “Camiño á empregabilidade”. Formarán un grupo de dez persoas (cinco persoas do programa Rumbo e cinco persoas do programa Camiño) e realizarán, acompañados dun equipo de apoio, unha etapa do Camiño de Santiago co obxectivo de practicar as competencias cara a empregabilidade

No caso de que algunha das persoas non puidese facer a ruta chamaríase á seguinte persoa da listaxe dos 20