

Workshop – Técnicas de procura activa de emprego

Destinatários: Este workshop destina-se aos estudantes do 1º, 2º e 3º ciclos do ensino superior que pretendam aprofundar as diferentes técnicas de procura activa de emprego, em particular o desenvolvimento de competências/atitudes empreendedoras face à procura de emprego.

Objectivos:

- Promover atitudes pró-activas face ao mercado de trabalho e à formação qualificante.
- Capacitar os/as formandos/as da utilização dos diversos instrumentos de procura de emprego.
- Sensibilizar os/as formandos/as para a gestão adequada do tempo
- Fomentar as capacidades de planeamento estratégico e gestão de tempo de “inserção”.
- Sensibilizar os formandos para a gestão das situações de mudança.
- Desenvolver capacidades comunicacionais adequadas aos diferentes contextos de procura de emprego.

Data de início: 19, 21 e 23 de Outubro de 2009

Duração total: 9 horas (3 sessões de 3 horas) | **Horário:** Pós-laboral (das 18h às 21h).

Número máximo de participantes: entre 15 e 20 participantes.

Formadora: Rita Moreira (Socióloga, Investigadora do CICS e Directora-geral do Laboratório MeIntegra)

Prazo das inscrições: até 17 de Outubro de 2009

Valor da inscrição: a frequência deste workshop implica o pagamento de 60€ aquando da inscrição.

Conteúdos programáticos do workshop

1. Como ser empreendedor e pró-activo na procura de emprego

- Atitude empreendedora e pró-activa (na vida pessoal, social e profissional)
- Estratégias empreendedoras na procura de emprego
- Aconselhamento profissional

2. Balanço de competências pessoais, sociais e profissionais

3. Processo de procura activa de emprego:

- Os meios, procedimentos e estratégias no processo de procura de emprego (Onde? Como?)
- Técnicas de procura de emprego: o currículo vitae e as cartas de apresentação
- As potencialidades das novas ferramentas *on-line* (*redes sociais, currículos digitais, etc*)
- Conselhos práticos

4. Investimento em Formação profissionalizante

- Aposta na formação académica e profissional
- Estágios remunerados e não remunerados, nacionais e internacionais
- Voluntariado nacional e internacional