



Vivere da soli è complicato?
Meno di quello che pensi.
Fidati!

LABORATORI PER L'AUTONOMIA ESTATE 2019 (pag. 1/2)

Accetta le sfide!

Cosa sono le Life Skills? Perché sono così importanti? Come posso potenziarle?

Le chiamano "competenze per la vita" perché sono capacità fondamentali utili in tutti i contesti, da quello lavorativo a quello personale. Attraverso attività di gruppo, giochi ed esercitazioni andremo a conoscerle e potenziarle: dalla comunicazione alla gestione dello stress, dalla gestione delle emozioni alla consapevolezza. Tecniche e consigli utili per svilupparle!

Quando: 18-20-25-27 giugno ore 9-12 e 2 luglio ore 9-11

Dove: Sala D via Ongaro, 1 – 37135 Verona

Cerco casa

Come cerco un appartamento, o un posto letto? Come si legge un contratto di affitto?

Tre incontri per muovere i primi passi verso la ricerca di una abitazione autonoma! Per chi vuole conoscere il mercato immobiliare, capire come muoversi per cercare casa, fare un bilancio sui costi di una abitazione, conoscere i contratti di affitto ed iniziare a pianificare la ricerca di una casa.

Quando: 8 – 10 – 15 luglio ore 17-19

Dove: Sala D via Ongaro, 1 – 37135 Verona

Soldi soldi

Di quanto ho bisogno per vivere? Quanto costa aprire un conto corrente? Quale scelgo?

Vivere da soli significa imparare a gestire in autonomia il denaro, affronteremo quello che c'è da sapere su costo della vita, conti correnti e gestione del risparmio, come leggere una busta paga, tasse e dichiarazione dei redditi ed inizieremo a creare un piano di risparmio individuale. Ne parleremo con gli operatori del patronato e del caf delle ACLI Provinciali di Verona e di Lega Consumatori, che potranno orientarti e darti risposte, chiarendoti dubbi e curiosità

Quando: 18-25 giugno e 2-23 luglio ore 16-18

Dove: Sala D via Ongaro, 1 – 37135 Verona

Cerco lavoro

Come si cerca lavoro? Come si scrive un curriculum? Che tipo di contratti esistono?

Cinque incontri per rispondere a queste ed altre domande sul lavoro, utile per chi vuole conoscere il mercato del lavoro, imparare a scrivere un curriculum efficace, affrontare un colloquio di lavoro, scoprire i canali e le tecniche di ricerca attiva del lavoro e definire il proprio obiettivo lavorativo!

29-30-31 luglio e 1-2 agosto dalle 9.30 – 12.30

Dove: Sala D via Ongaro, 1 – 37135 Verona

Per informazioni e iscrizioni:

modulo on line su www.energiesociali.it

over16@energiesociali.it

wp 3297243143



Vivere da soli è complicato?
Meno di quello che pensi.
Fidati!

LABORATORI PER L'AUTONOMIA ESTATE 2019 (pag. 2/2)

Sport & game!

Ti piace lo sport? Sai quanto è importante ma non puoi permetterti la palestra? Ti sei iscritto ma alla fine non vai mai?

Vieni a giocare a calcio con noi! Per tutta l'estate ci incontreremo ogni 15 giorni per giocare assieme, perché l'attività fisica non solo ci aiuta a mantenerci in forma, ma è utile per la nostra salute e il nostro benessere. L'attività è gratuita e adatta a tutti!

Quando: i venerdì pomeriggio ogni due settimane 14 giugno, 28 giugno 12 luglio, 26 luglio, 9 agosto, 23 agosto, 6 settembre, 20 settembre dalle 15 alle 17

Dove a giugno: Campo da calcio presso Istituto dei Missionari Comboniani, Vicolo Pozzo, 1 - 37129 Verona
Dove da luglio: Campo da calcio presso Centro CUM, Via Bartolomeo Bacilieri, 1 - 37139 San Massimo (VR)

Cinema Insieme

Ti appassiona il cinema? Ti piace vedere film in compagnia?

Allora dovresti venire al Cineforum! Sceglieremo assieme in base ai temi che più interessano al gruppo, passeremo del buon tempo in compagnia e discuteremo del tema toccato dal film. Tutti i giovedì ore 18

Quando: ogni giovedì dal 6 giugno al 26 settembre ore 15-18

Dove: Corte Melegano, via Belfiore 250, Verona

Per informazioni e iscrizioni:

modulo on line su www.energiesociali.it

over16@energiesociali.it

wp 3297243143