



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

## LABORATORI PER L'AUTONOMIA ESTATE 2019

### 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](http://www.energiesociali.it)

over16@energiesociali.it

wp 3297243143