

PROGRAMA

Do 29 de xuño ao 17 de xullo 2020

29 xuño

30 xuño

01 xullo

02 xullo

03 xullo

Obradoiro virtual temático e experiencias

**Grupos de traballo virtual -
implementación do
plan de acción**

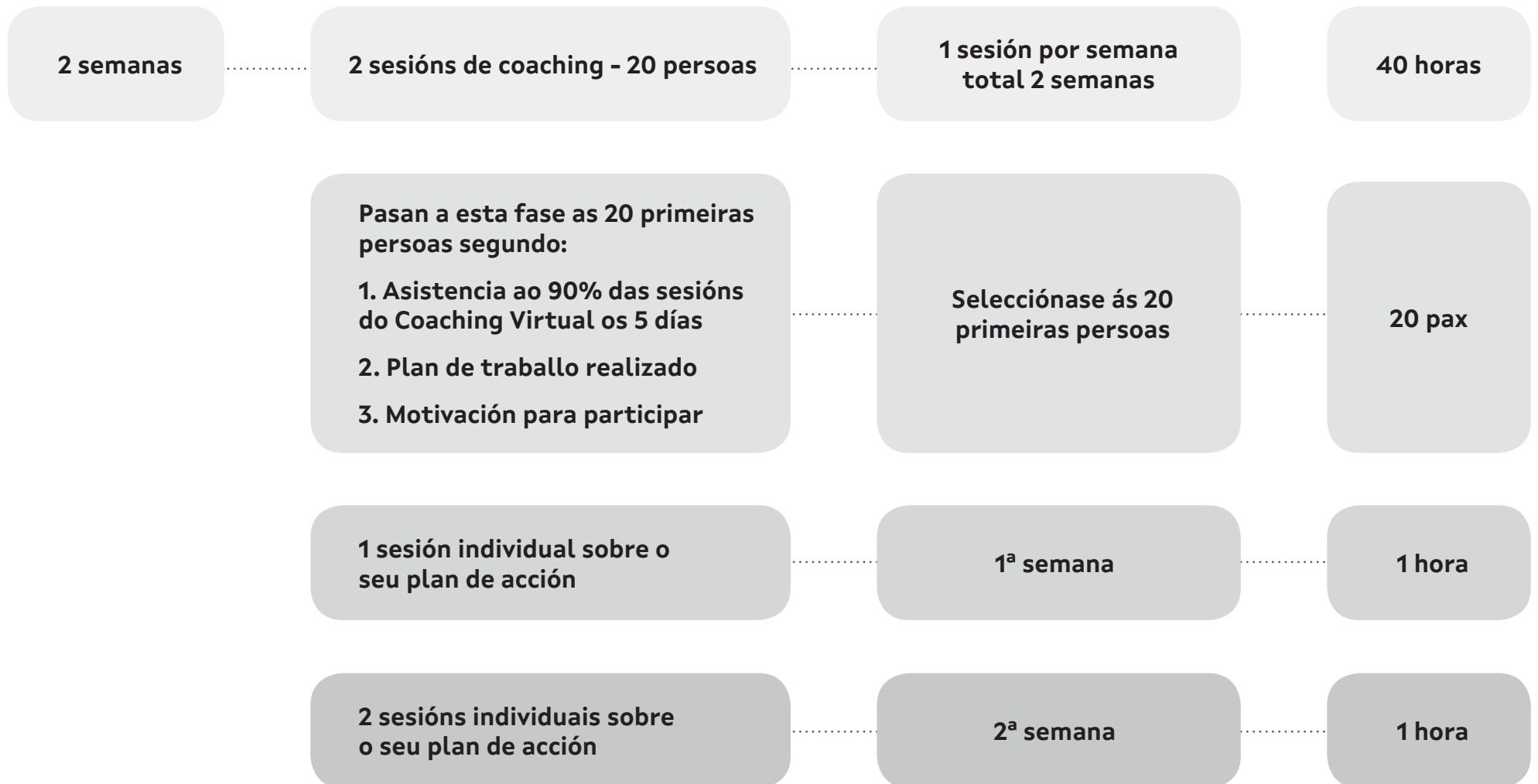
Do 06 de xullo ao 17 de xullo 2020

2 sesións de coaching - 20 persoas

PROGRAMA

3 días de obradoiro virtual acompañado de experiencias	90 minutos por sesión	4,30 horas	AFORO ATA 500 PERSOAS
2 días de sesión de traballo guiado	3 horas ao día	6 horas	
2 sesións de coaching para 20 persoas (40 sesións) durante 2 semanas (1 sesión por semana)	2 horas por persoa	40 horas 20 persoas	20 PERSOAS
Duración total	3 semanas	50,30 horas	

PROGRAMA



PROGRAMA - 1º DÍA

29 de xuño • De 10.00h a 11.30h

1º día

Obradoiro: Competencias
Análise - conexión - organización

90 minutos

Obradoiro: Competencias
Análise - conexión - organización



45 minutos

3 experiencias:

Procura de oportunidades, autoemprego dixital e medidas de apoio ao colectivo desempregado

45 minutos

1ª experiencia:
"Como estou á procura de oportunidades"

2ª experiencia:
#autoemprego dixital

Programa Plan Integrado de Emprego acompañamento e apoio á procura emprego

PROGRAMA - 2º DÍA

30 de xuño • De 10.00h a 11.30h

2º día

Obradoiro: Competencias

Traballo en equipo - comunicación - adaptación

90 minutos

Obradoiro: Competencias

Traballo en equipo - comunicación - adaptación

45 minutos



3 experiencias:

Maiores de 40 anos apostando polo negocio dixital e #AutónomosDixitais

45 minutos

1ª experiencia:
Axente de seguros emprega
o mundo dixital para
crear negocio

2ª experiencia:
Enxeñeira que monta un
negocio extra "Club de
costura dixital"

Proxecto
#AutónomosDixitais

PROGRAMA - 3º DÍA

01 de xullo • De 10.00h a 11.30h

3º día

Obradoiro: Competencias

Creatividade - xestión emocional - resolución

90 minutos

Obradoiro: Competencias

Creatividade - xestión emocional - resolución



45 minutos

3 experiencias:

Adaptación negocios e "Proxecto Piloto Mentoring"

45 minutos

1ª experiencia:
Academia de música plan de
continxencia #telettraballo
e plan de adaptación

2ª experiencia:
Caso de economía social

"Proxecto Piloto Mentoring"

PROGRAMA - 4º DÍA

02 de xullo • De 10.00h a 13.00h

4º día

Grupo de traballo virtual
Implementación plan de acción

3 horas

Acompañamento guiado para realizar *in situ* o caderno de traballo onde se entrene:
#metas #obxectos
#hábitos #plandeaccion
#orientacionOcambio
#mindfulness

Caderno de traballo

Descanso de 15 minutos

Caderno de traballo

90 minutos

Exposición Técnica Canva.
En cada fase da técnica deixanse 5-10 minutos para facer o exercicio

Trazar lenzo Canva

Descanso de 15 minutos

Feedback do proceso -
dúbdias e respostas

90 minutos

PROGRAMA - 5º DÍA

03 de xullo • De 10.00h a 13.00h

5º día

Grupo de traballo virtual
Implementación plan de acción

3 horas

Acompañamento guiado para realizar *in situ* o caderno de traballo onde se entrene:
#metas #obxectos
#hábitos #plandeaccion
#EntrevistaTraballo
#xestiónEquipoTraballo

Caderno de traballo

Descanso de 15 minutos

Caderno de traballo

90 minutos

Exposición Técnica Design Thinking & Kanban. En cada fase da técnica deixanse 5-10 minutos para facer o exercicio

Design Thinking & Kanban

Descanso de 15 minutos

Feedback do proceso -
dúbdias e respostas

90 minutos

PROGRAMA - 2 SEMANAS

06 de xullo - 17 de xullo

2
semanas

2 sesións de coaching
20 persoas

1 sesión por semana
Total 2 semanas

40 horas

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

- 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

Selecciónanse as 20
primeiras persoas

20 pax

1ª sesión individual sobre
o seu plan de acción

1ª semana
Do 06 ao 10 de xullo

1 hora

2ª sesión individual sobre
o seu plan de acción

2ª semana
Do 13 ao 17 de xullo

1 hora

As sesións de coaching concretaranse con cada participante de forma individual para axustarse no horario que mellor se adapte.