

Published on *COCEMFE Barcelona* (<https://www.cocemfe-barcelona.es>)

Inicio > Formació per a l'empoderament i activació laboral de les dones amb discapacitat



EN

Habil

- COCEMFE Barcelona ofereix dos tallers formatius per dotar d'eines a les dones amb discapacitat a l'hora de trobar feina.

L'Àrea d'Igualtat de COCEMFE Barcelona ha dissenyat dues formacions emmarcades dins el programa d'empoderament i activació laboral, que va dirigit a dotar a les dones amb discapacitat física i orgànica d'eines per millorar la seva ocupabilitat, la recerca de feina i, en definitiva, la seva qualitat de vida a través de l'empoderament i l'accés laboral.

La primera d'aquestes formacions és en **Habilitats Prelaborals** i aprofundirà en aspectes importants en la recerca de feina com són l'entrevista, el currículum i la carta de motivació. S'ensenyarà a conèixer les nostres capacitats i a explotar-les per tal d'elaborar un bon CV, així com el missatge a transmetre en la carta de motivació, dos elements que seran la nostra presentació. A més, es donaran estratègies per a l'entrevista de feina i es parlarà de com gestionar emocionalment el procés de recerca de feina i de selecció.

- La formació en **Habilitats Prelaborals** es portarà a terme el 18 de novembre de 9 a 12 h i el 20 i 23 de novembre de 10 a 13 h. Cal omplir el [formulari que trobareu en aquest enllaç](#) ^[1] per inscriure's.

La segona formació serà sobre **Empoderament** i se centrarà en aspectes més personals que influeixen directament en la recerca de feina, com són la gestió emocional davant la incertesa que suposa el procés en si, l'autoestima, les relacions amb l'entorn, la gestió de l'ansietat i l'estrès laboral, etc. L'autoconeixement es convertirà en una arma poderosa que ens ajudarà a trobar feina.

- La formació en **Empoderament** serà del 24 al 26 de novembre, de 16 a 19 h. Cal omplir el [formulari que trobareu en aquest enllaç](#) ^[1] per inscriure's.

Si voleu més informació o teniu qualsevol dubte, podeu escriure a igualdad.barcelona@cocemfe.es ^[2].

Tags:

[Dona](#) ^[3]

Source URL: <https://www.cocemfe-barcelona.es/es/node/501>

Enlaces

[1]

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeQ1dF0PHhW3C5trGsDaaUaCTgPYyh3fzxVI0nMY2W1N1UVSg/view>

[2] <mailto:igualdad.barcelona@cocemfe.es?subject=Formacions%20programa%20empoderament>

[3] <https://www.cocemfe-barcelona.es/es/tags/dona>