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

EM

Habil

- COCEMFE Barcelona ofrece dos talleres formativos para dotar de herramientas a las mujeres con discapacidad a la hora de buscar empleo.

El área de Igualdad de COCEMFE Barcelona ha diseñado dos formaciones enmarcadas dentro del programa de empoderamiento y activación laboral, que va dirigido a dotar a las mujeres con discapacidad física y orgánica de herramientas para mejorar su empleabilidad, la búsqueda de trabajo y, en definitiva, su calidad de vida a través del empoderamiento y el acceso laboral.

La primera de estas formaciones es en **Habilidades Prelaborales** y profundizará en aspectos importantes en la búsqueda de trabajo como son la entrevista, el currículum y la carta de motivación. Se enseñará a conocer nuestras capacidades y a explotarlas para elaborar un buen CV, así como el mensaje a transmitir en la carta de motivación, dos elementos que serán nuestra presentación. Además, se darán estrategias para la entrevista de trabajo y se hablará de cómo gestionar emocionalmente el proceso de búsqueda de empleo y de selección.

- La formación en **Habilidades Prelaborales** se llevará a cabo el 18 de noviembre de 9 a 12 h y el 20 y 23 de noviembre de 10 a 13 h. Es necesario rellenar el formulario que encontrareis en este enlace [1] para inscribirse.

La segunda formación será sobre **Empoderamiento** y se centrará en aspectos más personales que influyen directamente en la búsqueda de trabajo, como son la gestión emocional ante la incertidumbre que supone el proceso en sí, la autoestima, las relaciones con el entorno, la gestión de la ansiedad y el estrés laboral, etc. El autoconocimiento se convertirá en una arma poderosa que nos ayudará a encontrar trabajo.

- La formación en **Empoderamiento** será del 24 al 26 de noviembre, de 16 a 19 h. Es necesario rellenar el formulario que encontrareis en este enlace [1] para inscribirse.

Si queréis más información o tenéis qualquier duda, podéis escribir a igualdad.barcelona@cocemfe.es [2].

Source URL:https://www.cocemfe-barcelona.es/es/noticia/formacion-para-el-empoderamiento-y-la-activacion-laboral-de-las-mujeres-con-discapacidad

Enlaces
[1] https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeQ1dF0PHhW3C5trGsDaaUaCTgPYyh3fzxVI0nMY2W1N1UVSg/viewf
[2] mailto:igualdad.barcelona@cocemfe.es?subject=Formacions%20programa%20empoderament