



## PROGRAMA

### ReActiva Ourense Menores de 45 anos

MODULOS	CONTIDOS	DURACION
<b>Coaching para o desenvolvemento profesional</b>	Autocoñecemento e empoderamento.  <i>“Coñécete para aproveitar o mellor de ti “</i>	3 horas  <i>Formación conxunta</i>
<b>Habilidades para a empregabilidade</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cómo elaborar un CV e unha carta de presentación que desperte interese para a persoa/empresa contratante.</li> <li>✓ Como preparar unha entrevista de traballo.</li> </ul>	12 horas  <i>Formación conxunta</i>
<b>Mentoring e seguimento</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Coa consigna de maior flexibilidade e adaptación a cada un/unha dos/as participantes, desenvolveranse actuacións de mentoring e seguimento de forma individualizada nas que se orientará a cada un/unha, en función do seu perfil profesional, no proceso de aplicación e implementación dos contidos abordados nas sesións conxuntas de formación.</li> </ul>	1 hora  <i>De seguimento individualizado por participante</i>