

# RICOMINCIO DA ME

## RAL-LAB

Laboratorio di **ricerca attiva del lavoro**, in gruppi, di **25 ore**

Martedì 14 ottobre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### INIZIO PERCORSO

presentazione del progetto e inizio del bilancio di competenze

Martedì 21 ottobre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### BILANCIO DI COMPETENZE

scoperta dei propri punti di forza e di debolezza e la creazione del proprio progetto professionale. Il lavoro e le sue competenze, significati e aspettative

Venerdì 31 ottobre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### RICERCA ATTIVA

strategie e strumenti, profili professionali. Curriculum Vitae: cosa non deve mancare, cosa evitare, consigli per la compilazione

Giovedì 6 novembre 2025  
dalle 14:00 alle 18:00

### CORSO SICUREZZA

corso sicurezza generale in materia di salute e sicurezza sul luogo di lavoro

Martedì 11 novembre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### VISITA IN AZIENDA

il Mercato del Lavoro di oggi raccontato dagli imprenditori

Venerdì 14 novembre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### SIMULAZIONE COLLOQUI

simulazioni di colloqui di selezione, gli elementi essenziali del colloquio e la presentazione di sé

Martedì 18 novembre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### VISITA IN AZIENDA

il Mercato del Lavoro di oggi raccontato dagli imprenditori

Martedì 25 novembre 2025  
dalle 9:00 alle 12:00

### CHIUSURA

momento di confronto, condivisione e restituzione del percorso

Formatori e Formatrici: professionisti del Mercato del Lavoro  
e di progettazione individualizzata

**Il corso è gratuito e riservato alle donne**

Si terrà presso Villa Confalonieri, Via Giuseppe Garibaldi, 17 – Merate

se sei interessata  
inquadra il QrCode e  
inserisci i tuoi dati

