



Città metropolitana
di Roma Capitale



Cambiare senza subire: l'approccio al Self Empowerment

12 febbraio 2016, ore 09.00
Sala Conferenze - Porta Futuro
via Galvani 108, Roma

Descrizione

Il seminario è rivolto a giovani interessati ad un'esperienza formativa o professionale all'estero, per aiutarli a prepararsi al trasferimento in un altro paese.

In particolare, propone ai partecipanti degli strumenti che gli permette di gestire i cambiamenti legati al nuovo ambiente lavorativo e di vita in modo responsabile e positivo e di sentirsi più sicuri e coscienti in questa fase delle loro vita.

L'incontro prevede momenti di presentazione, attività di riflessione e scambio in due o tre, nonché un laboratorio esperienziale in piccoli gruppi di 5-6 persone con 3 facilitatori

Target

Possono partecipare **giovani** (18-35 anni) di cittadinanza europea **registrati all'iniziativa Your first EURES job** (www.yourfirsteuresjob.eu) e **laureati**. Il numero massimo di partecipanti è di 30 persone .

Per partecipare è necessario completare il **modulo di registrazione disponibile [qui](#) entro il 10 febbraio.**

Relatori / Facilitatori

- Isabelle Alpi –International business & executive coach , Presidente EMCC Italia
- Giuseppe De Feo – Consulente per la formazione manageriale e coach, socio EMCC Italia
- Alberto Matcovich – Medico e coach, socio EMCC Italia



Porta Futuro, Via Galvani 108 – 00153 Roma Tel. 06.67664868



Città metropolitana
di Roma Capitale



Programma dell'evento

- 9.00 Accoglienza dei partecipanti
- 9.15 Presentazione di Porta Futuro
- 9.30 Introduzione (contesto, obiettivi)
- 10.00 Interventi interattivi e piccoli esercizi nel grande gruppo
 - o Empowerment e Self-empowerment
 - o Componenti del self-empowerment
 - o Esercitazione sui componenti
- 10.45 Intervallo
- 11.00 Segue
 - o Self-empowerment e Cambiamento
 - o Creare possibilità
 - o Esercitazione su bisogni e desideri personali
 - o Processo operativo del Self-empowerment
- 12.00 Pausa
- 12.20 Laboratorio esperienziale
- 13.10 Condivisione dei risultati dei piccoli gruppi
Riflessione personale sull'agenda di cambiamento individuale
- 13.30 Conclusioni
- 13.40 Chiusura dell'evento

