

# CÀPSULES JOVES

*de primavera 2022!*

**+ info i inscripcions**

**Oficina Jove de l'Alt Camp**

C/Mossèn Martí, 3 Valls

joventut@altcamp.cat

692358963

# Març

**Dilluns 21 de març · 17.30 · Centre Cívic de Valls (Valls )**

***Com, on i quan ens posem a estudiar?*** Taller sobre tècniques d'estudi. Cal inscripció prèvia. A càrrec de Fundació Pere Tarrés

**Dilluns 28 de març · 17.00h · Centre Obert El Refugi (Valls)**

***Parlem de salut emocional!*** Eines i recursos per a una millor gestió emocional. Taller intern destinat als usuaris del servei SIS de Valls. Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp

# Abril

**Dijous 7 d'abril · 18.00h · En directe per l'Instagram**

**@serveis\_joventut\_dt (En línia)**

**Pràctiques professionals a l'estranger.** En aquest taller coneixeràs les oportunitats de mobilitat laboral i com millorar l'ocupabilitat a través de diferents programes que s'ofereixen. A càrrec de Obre't Ebre.

**Dijous 7 d'abril · 18.30h · Ca Cosme (Alcover)**

**Orientació en el sistema educatiu dirigida a famílies.** Xerrada que et permetrà conèixer l'oferta d'estudis i itineraris educatius. **Cal inscripció prèvia.** Amb Aroa Sánchez i Esther López de l'Oficina Jove de l'Alt Camp.

**Dijous 21 d'abril · 18.00h · Ca Cosme (Alcover)**

**Parlem de salut emocional?** Eines i recursos per a una millor gestió emocional. **Cal inscripció prèvia.** Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp

**Dilluns 25 d'abril · 17.00h · Centre Obert El Refugi (Valls)**

***Esclaves de la moda*** . Sessió en la què s'exposaran les veritats de la indústria de la moda. Taller intern destinat als usuaris del servei SIS de Valls. Amb Lurdes Quintero, Tècnica de Consum del Consell Comarcal de l'Alt Camp.

**Dijous 28 d'abril · 18.00h · En directe per l'Instagram @serveis\_joventut\_dt (En línia)**

***Tens instagram només per penjar-hi fotos? Treu-ne profit per buscar feina.*** Coneixeràs els punts clau per crear un perfil d'Instagram atractiu, que et servirà per presentar-te com a candidat a una feina i/o per crear xarxa de treball amb empreses. A càrrec de la Fundació Pere Tarrés

**Dijous 28 d'abril · 18.00h · Sala petita del Centru (Bràfim)**

***Vull treballar a l'estiu!***. Consells i recursos per a la cerca d'una feina en els mesos d'estiu. **Cal inscripció prèvia.** A càrrec d'Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp

# Maig

**Dijous 5 de maig · 18.00h · En directe per l'Instagram**

**@serveis\_joventut\_dt (En línia)**

**Adquisició d'un habitatge: el procés de compra.** Què cal tenir en compte a l'hora d'escollir un habitatge i comprar-lo? S'explicaran les diferents fases del procés des que s'identifica l'habitatge fins que es formalitza la compra (aspectes legals i fiscals, les immobiliàries, contractes d'arres, negociació, etc. A càrrec de M. Carmen Jiménez, experta en habitatge.

**Dijous 12 de maig · 17.00h · Sala petita del Centru (Bràfim)**

**Diversitat sexual i LGTBIfòbia.** Coneixerem les diversitats sexuals i de gènere. També ens aproximarem a les desigualtats i a la discriminació per raó d'orientació sexual, d'expressió i/o identitat de gènere. **Cal inscripció prèvia.** A càrrec de Creu Roja Joventut Valls

**Dijous 12 de maig · 18.00h · Ca Cosme (Alcover)**

**Vull treballar a l'estiu!** Consells i recursos per a la cerca d'una feina en els mesos d'estiu. **Cal inscripció prèvia.** Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp

**Dijous 19 de maig · 19.00h · Sala Gran del Casal (Puigpelat)**

**Recerca de la primera feina. Començo aquest estiu!** Busques feina i no saps per on començar? Sabies que el període d'estiu és un bon moment per entrar al món laboral? Consells i recursos per a la cerca d'una feina en els mesos d'estiu. **Cal inscripció prèvia.** Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp

**Divendres 20 de maig · 17.30h · Centre Cívic de Valls (Valls)**

**Vull treballar a l'estiu!** Consells i recursos per a la cerca d'una feina en els mesos d'estiu. **Cal inscripció prèvia.** Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp

**Divendres 20 de maig · 17.00h · Biblioteca de Vila-rodonà (Vila-rodonà)**

**Qui sóc i com em veuen?** Millora l'autoconeixement a través de tècniques d'expressió corporal que t'ajudaran a ser conscient de la imatge que dones, i a facilitar-te eines per millorar la interacció amb l'entorn i per afrontar el teu futur professional. **Cal inscripció prèvia.** A càrrec de la Fundació Pere Tarrés

**Dijous 26 de maig · 18.00h · Ca Cosme (Alcover)**

**Esclaves de la moda.** Sessió en la què s'exposaran les veritats de la indústria de la moda. **Cal inscripció prèvia.** Amb Lurdes Quintero, Tècnica de Consum del Consell Comarcal de l'Alt Camp.

# Juny

**Dijous 2 de juny · 18.00h · Sala petita del Centru (Bràfim)**

**Garantia Juvenil. Ja estàs inscritx?** Tens entre 16 i 29 anys? En aquest moment no treballes? Cerques feina, formació o vols iniciar un negoci? Això t'interessa; apunta't a la Garantia Juvenil! Coneixeràs de quins avantatges pots disposar si estàs registradx al sistema de Garantia Juvenil, i com fer la inscripció. **Cal inscripció prèvia.** Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp.

**Dijous 2 de juny · 19.00h · Sala gran del Casal (Puigpelat)**

**Viatja sense sorpreses.** *Es proporcionaran eines per viatjar coneixent tots els drets i deures en tots els béns i serveis que podem trobar en un viatge, com el transport (aeri, terrestre i marítim), l'allotjament, la contractació d'activitats, entrades i espectacles, etc.* **Cal inscripció prèvia.** Amb Lurdes Quintero, Tècnica de Consum del Consell Comarcal de l'Alt Camp.

**Dimecres 8 de juny · 17.00h · Centre Obert el Refugi (Valls)**

***Posa a punt el teu CV! Fes-lo visible i competitiu.*** Coneixements bàsics i consells pràctics per crear o modificar un currículum vitae i fer-lo més visible i competitiu segons els criteris del processos de selecció i les condicions del mercat laboral actual. Activitat interna pels usuaris del SIS. A càrrec d'Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp.

**Dijous 9 de juny · 19.00h · Sala gran del Casal (Puigpelat)**

***Parlem de salut emocional!*** Eines i recursos per a una millor gestió emocional. **Cal inscripció prèvia.** Amb Esther López, Referent d'Ocupació Juvenil del Consell Comarcal de l'Alt Camp.

