

PROGRAMACIÓ

# SMOBILITZA'T

GENER - MARÇ 2023



# ACCIONS



## FEINALAB

Sessions per adquirir i optimitzar eines, tècniques i recursos per a la recerca de feina.

## AULA DE COMPETÈNCIES

Descobreix quines característiques et diferencien, enfoca-t'hi i utilitza-les per tenir èxit en el teu projecte professional.



## OCUPACIONS AMB OPCIONS

Connecta amb empreses dels sectors en creixement i generadors d'ocupació i descobreix quins són els perfils més demandats i què ofereixen.



## SMOEMPRÈN

Adquireix eines i recursos que t'ajudaran a iniciar el teu projecte emprenedor o fer-lo créixer amb èxit



#PuntTIC

Càpsula per promoure amb les competències digitals i l'ús de les TIC.

# GENER

---

- 12** 02. OCUPACIONS AMB OPCIONS [10:00 - 12:00H] PRESENCIAL  
**Oportunitats laborals a la indústria càrnia**  
Amb l'empresa Gicarns, SL
- 17** FEINALAB [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL **#PuntTIC**  
**19** **Fes el CV amb canva i atreveix-te a destacar**  
Amb l'equip d'orientació de l'SMO
- 23** AULA DE COMPETÈNCIES [10:00 - 13:00H] PRESENCIAL  
**30** **Descobreix l'ikigai i connecta amb el teu objectiu laboral**  
Amb Sònia Mèndez, experta en intel·ligència emocional
- 31** SMOEMPREN [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL  
**L'ABC de l'emprenedoria: una guia per iniciar el teu projecte empresarial**  
Amb l'equip d'emprenedoria del Girona Emprèn



# FEBRER

---

- 02** 02. OCUPACIONS AMB OPCIONS [12:00 - 14:00H] PRESENCIAL #PuntTIC  
**Treballa a l'administració pública: vies d'accés i requisits**  
Amb l'equip d'orientació de l'SMO
- 07** 02. OCUPACIONS AMB OPCIONS [09:00 - 10:30H] PRESENCIAL  
**Treballa com a Socorrista en instal·lacions aquàtiques: vies d'accés i requisits**  
Amb l'empresa PoolSave, Gestió Integral d'espais aquàtics, esportius i salut
- 09** AULA DE COMPETÈNCIES [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL  
**Talent sènior +45: com reinventar-se i sortir de la zona de confort**  
Amb l'equip d'orientació de l'SMO
- 14** SMOEMPRÈN [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL  
**Persona física o societat? Descobreix la forma jurídica més adient al teu projecte**  
Amb l'equip d'emprenedoria del Girona Emprèn



16  
23

AULA DE COMPETÈNCIES [10:00 - 13:00H] PRESENCIAL

**El poder de la imatge, més enllà de les paraules**

Amb Carme Jiménez, experta en coaching i comunicació a través de la imatge

21

FEINALAB [10:00 - 13:00H] PRESENCIAL #PuntTIC

**Xarxes socials: les grans aliades per trobar feina**

Amb Verónica Soto, experta en comunicació, marca personal i coaching

28

SMOEMPRÈN [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL

**Reempresa: descobreix com comprar o vendre una empresa en funcionament**

Amb l'equip d'emprenedoria del Girona Emprèn



# MARÇ

---

- 07** AULA DE COMPETÈNCIES [09:00 - 13:00H] PRESENCIAL  
**Gestió de conflictes a l'entorn laboral**  
Amb Jordi Pinsach, coach personal, d'empreses i equips d'alt rendiment
- 14** FEINALAB [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL  
**16** **Entrena't per superar una entrevista per competències**  
Amb l'equip d'orientació de l'SMO
- 21** FEINALAB [10:00 - 13:00H] PRESENCIAL **#PuntTIC**  
**Inicia't al LinkedIn**  
Amb Verónica Soto, experta en comunicació, marca personal i coaching
- 28** SMOEMPRÈN [09:00 - 12:00H] PRESENCIAL **#PuntTIC**  
**Visibilitza el teu projecte: crea continguts de qualitat al teu blog, web i/o xarxes socials**  
Amb MC Empreses
- 30** OCUPACIONS AMB OPCIONS [09:00 - 11:00H] PRESENCIAL **#PuntTIC**  
**Re-enfoca't! Coneix les opcions laborals que t'ofereix l'era digital**  
Amb Laura Cespedosa, experta en RRHH i transformació digital





Hi col·laboren:

**SOC** / Servei d'Ocupació de Catalunya

 **Generalitat de Catalunya**

 **MINISTERIO DE TRABAJO Y ECONOMÍA SOCIAL**  
 **SEPE**

**Servei Municipal d'Ocupació  
Àrea de Promoció Econòmica**

 **C/ Narcís Xifra i Masmitjà, 43 . 17005 Girona**

**INSCRIU-TE!**

 <https://bit.ly/SMOagenda>

 **972 24 93 60**

 **[www.girona.cat/smo](http://www.girona.cat/smo)**

 **@smo\_gi**

 **@smocupacio**

 **[smo@ajgirona.cat](mailto:smo@ajgirona.cat)**