

Programa Sara

Espacios de desarrollo personal y motivación
para el empleo destinado a mujeres

¿Qué ofrecemos?

Un itinerario de inserción sociolaboral completo de 180 horas de duración que pretende mejorar la empleabilidad de las mujeres a través del desarrollo personal, la formación y las competencias digitales.

Capacitación profesional:

MOZA DE ALMACÉN.

Carnet de carretillas elevadoras.

Carnet de manipulación de alimentos.

De septiembre a noviembre de 2022.

¿A quién va destinado?

El Programa SARA está dirigido a mujeres, prioritariamente migrantes mayores de 16 años y residentes en España. Se requiere manejo mínimo del castellano.

¿Cómo se desarrolla el itinerario?

El itinerario se realizará mediante una metodología participativa incorporando la perspectiva de género interseccional y la interculturalidad.

Programa Sara

El itinerario se distribuye en tres módulos:

- **Módulo I: motivación personal, empoderamiento y fomento de la autoestima con perspectiva de género a través de talleres grupales.** Es transversal y se abordarán aspectos tales como:

- Autoestima, autoconocimiento, cuidados, sororidad y redes de apoyo.
- Inteligencia emocional y habilidades sociales y de comunicación.
- Comunicación intercultural e igualitaria.
- Desarrollo de la motivación y toma de decisiones.
- Prevención de las violencias machistas.
- Derechos fundamentales y laborales.

- **Módulo II: capacitación profesional para la mejora de competencias de cara a la inserción sociolaboral.** La formación tendrá carácter teórico-práctico, para que se ajuste lo más posible a la realidad laboral y tendrá un lugar prioritario la formación en el uso de las TIC y el fomento de la seguridad digital.

- **Módulo III: orientación a la búsqueda de empleo y orientación al emprendimiento a través de sesiones individuales y grupales de forma transversal a todo el itinerario.**

- Análisis de competencias profesionales.
- Definición de objetivos profesionales.
- Conocimiento de recursos de empleo.
- TICs para la búsqueda de empleo.
- Herramientas de acceso al empleo: cv, entrevista, carta de presentación...
- Asesoramiento para el emprendimiento.

Se prevé la posibilidad de proporcionar ayudas económicas para el transporte y la conciliación.

Contacto: Fundación Cepaim en Valladolid
Dirección: C/Miguel Íscar N° 16 Portal 1° 3°
E-mail: patriciajimeno@cepaim.org
Teléfono: 637 76 33 10 | 637 76 32 55
Técnica de referencia: Patricia Jimeno Gobernado