

# CONSTRUIR TU EMPLEABILIDAD

Taller de desarrollo profesional *gratuito*

4 sesiones teórico prácticas para afrontar  
nuevos retos. ¡Atrévete a dar ese paso!

---

**INSCRIPCIÓN ABIERTA  
HASTA EL 29 DE OCTUBRE**

---



*foro*  
**MUJER  
SOCIEDAD**

# ▶ OBJETIVOS

## ¿Qué vas a sacar de este taller?

- Una visión clara de tus mejores alternativas profesionales y cómo alcanzarlas;
- Conocimiento de las reglas del juego fundamentales del mercado laboral, sus tendencias y su marco normativo básico;
- Conocimiento de los perfiles más buscados en el mercado, sus características y cómo convertirte en uno de ellos;
- Un amplio panorama de alternativas y oportunidades de desarrollo profesional;
- Una estrategia propia de desarrollo profesional;
- Un plan de acción para empezar a trabajar;
- Un mentor que te guiará en las decisiones a las que habrás de enfrentarte.

## ¿A quién va dirigido?

Estudiantes de último curso de grado o de postgrado.

Estudiantes en búsqueda de primer empleo.

Personas en los primeros años de su trayectoria profesional

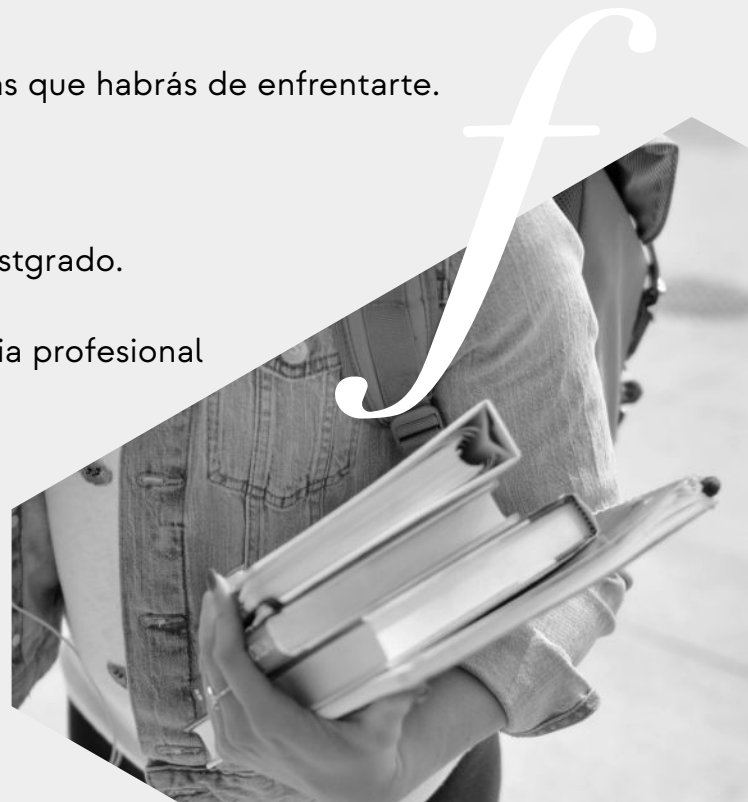
Jóvenes en situación de vulnerabilidad

## Modalidad

4 sesiones teórico prácticas  
de 2 hrs cada sesión

## Contenidos

- Trabajo, empleo y profesión
- Trabajo por cuenta propia y trabajo por cuenta ajena. Tipos de contratos. Derechos y obligaciones en el mercado laboral.
- Cómo crear, mantener y desarrollar una red de relaciones profesionales.
- Las nuevas profesiones y los nuevos profesionales.
- Cómo construir un CV a través del storytelling.
- Cómo describir experiencias relevantes y sus aprendizajes.
- Competencias profesionales: cómo medirlas y desarrollarlas.
- Compañeros de viaje: tutores, mentores y sherpas profesionales.



# • PROGRAMA

## **31-10-23: 1ª Sesión empleabilidad: Presencial**

**Aula El Senadillo en Cajamar, Plaza de Barcelona · 19:00 a 21:00**

*Empleabilidad hoy, retos*

- 1.1. Qué es la empleabilidad
- 1.2. Trabajo, empleo, profesión
- 1.3. Tendencias de empleo
- 1.4. Nuevas profesiones, nuevos profesionales
- 1.5. Práctica: Cuestionario de empleabilidad

## **7-11-23: 2ª Sesión de empleabilidad:**

**Instalaciones de la UAL ( a concretar) · 19:00 a 21:00**

*Competencias profesionales y marca personal*

- 2.1. Qué es la profesionalidad
- 2.2. Competencias profesionales, qué son y cómo se miden
- 2.3. Los imprescindibles: iniciativa, red de relaciones y autoconocimiento
- 2.4. Práctica: DAFO profesional
- 2.5. Marca personal, cómo construirla

## **28-11-23: 3ª sesión empleabilidad:**

**Instalaciones de la UAL ( a concretar) · 19:00 a 21:00**

*Apoyos en el camino: orientadores, mentores y sherpas profesionales*

- 3.1. Estrategia de trayectoria profesional
- 3.2. Toma de decisiones profesionales: una guía.
- 3.3. Todos necesitamos ayuda: orientadores, mentores, sherpas
- 3.4. Posicionamiento en el mercado laboral
- 3.5. Práctica: CAME profesional

## **11-12-23: 4ª sesión empleabilidad**

**Instalaciones de la UAL ( a concretar) · 19:00 a 21:00**

Sesión de carácter práctico sobre la situación del mercado laboral, impartida por orientadores del departamento de empleabilidad de la UAL. Práctica sobre la elaboración de un cv adecuado a las necesidades laborales del momento.



# - METODOLOGÍA

Se trata de un taller práctico y participativo, en el que, tras aportar algunas nociones teóricas básicas, se fomenta el debate y se realizan diferentes ejercicios prácticos con el fin de que las participantes puedan aplicar de manera inmediata lo aprendido a su realidad concreta.

El curso será impartido por Pilar García Lombardía.

En la cuarta sesión también intervendrán profesionales de la UAL.

Acabado este curso, El Foro Mujer y Sociedad ofrece la oportunidad de seguir un programa de mentoring, a partir de Enero del 24, a las alumnas que así lo quieran.



## *Pilar García Lombardía*

Doctora en Dirección de Empresas por la Universidad de Navarra

Investigadora Asociada IESE Business School

Técnico experto en intermediación laboral de Inserta Fundación ONCE

Miembro del Foro Mujer y Sociedad de Almería

Docente experta en liderazgo, emprendimiento, mentoring y desarrollo de competencias profesionales.

foro  
**MUJER  
SOCIEDAD**

**UAI**transferE

 **cajamar**  
CAJA RURAL

 **UNIVERSIDAD  
DE ALMERÍA**

## **Inscripción**

Hasta el 29 de octubre de 2023  
en [www.foromujersociedad.com](http://www.foromujersociedad.com)

**Precio: Gratuito**