



accademia
La Spezia



orientamento, abilità, competenze

**CORSI e INCONTRI
GRATUITI
PER UNDER 30**

Da novembre 2024 a maggio 2025

*Accademia La Spezia
via Vanicella 12*

Un progetto promosso da

 **Fondazione
Carispezia**



**TUTTI I CORSI SONO GRATUITI
FINO AD ESAURIMENTO POSTI**

Durata massima incontri 1.30 h

Prenotazione obbligatoria:

App Accademia La Spezia

E-mail desk@accademiaspezia.it

Per informazioni +39 348 4982457



SCOPRI IL TUO TALENTO, VIVI IL TUO SOGNO



A cura di
Costanza Agostinelli
OSM Edu

Un corso rivolto a ragazzi dai 16 ai 21 anni per prendere consapevolezza su “cosa fare da grande” partendo dai propri sogni e aspirazioni grazie alla tecnologia OSM Talent, uno strumento per tracciare la propria strada in maniera consapevole e libera da aspettative.

Inizio ore **17.00**

11/11 OSM Talent: scopri il tuo talento

12/11 Prendi in mano la tua vita

13/11 Definisci il tuo successo: mete e obiettivi

14/11 Costruisci il tuo futuro partendo da oggi

GESTIRSI PER GESTIRE

A cura di
Angelo Delsanto



Una serie di incontri per migliorare le capacità di gestione del tempo e dello stress, acquisire consapevolezza di sé stessi, trovare la giusta motivazione e raggiungere gli obiettivi prefissati, migliorando la comunicazione e i rapporti con gli altri.

Inizio ore **17.00**

21/11 Impariamo a gestire il tempo

28/11 Motivazione e successo

5/12 Obiettivi e leadership

12/12 Empatia e assertività

19/12 Essere un buon comunicatore



DIVENTA UN MASTER DI EXCEL

CORSO BASE

A cura di
Serenella Marasco



Un corso pratico per familiarizzare con l'interfaccia Excel, utilizzare le funzioni e le formule essenziali, gestire e organizzare i dati in fogli di lavoro.

Inizio ore **17.00**

27/1

Caratteristiche base di Excel

3/2

Formule e funzioni

10/2

Formattazione avanzata e
visualizzazione dei dati

17/2

Creazione di grafici

24/2

Funzioni condizionali



DIVENTA UN MASTER DI EXCEL

CORSO INTERMEDIO

A cura di
Serenella Marasco



Gestire e organizzare dati in un foglio di lavoro, approfondire l'uso delle funzionalità avanzate di Excel, analizzare e visualizzare dati complessi.

Gli incontri sono dedicati a chi ha frequentato il corso base o ha già familiarità con il programma.

Inizio ore **17.00**

24/3 Funzioni condizionali

31/3 Funzioni di ricerca e riferimento

7/4 Analisi dei dati

14/4 Sicurezza e condivisione dei dati

28/4 Esercitazione pratica e Q&A



LABORATORIO DI STORYTELLING

A cura di
Mitilanti



Sviluppare gli strumenti per raccontare sé stessi, il territorio, il paesaggio, la società e le imprese a partire dal testo, ma senza limitarsi a esso, utilizzando elementi digitali, territoriali, videoludici e transmediali.

Inizio ore **18.00**

4/2

Raccontare il se - Storytelling come strumento di autoriflessione

11/2

Storytelling territoriale - Raccontare luoghi e comunità

18/2

Storytelling visuale - L'uso delle immagini per raccontare nell'era dei social media

25/2

Audio storytelling - Creare narrazioni ai tempi dei podcast

4/3

Video storytelling - Dal cinema a YouTube: evoluzione del racconto video

11/3

Storytelling per le imprese - Raccontare il brand e i suoi valori

25/3

Narrativa immersiva - Videogiochi e mondi virtuali

1/4

L'IA per lo storytelling - L'intelligenza artificiale al servizio della narrazione



MUOVERSI IN EUROPA

A cura di

Elena Sturlese

Centro Europe Direct Provincia della Spezia

Federica Zanello

EURES - La Spezia

Un incontro dedicato ad approfondire le opportunità di mobilità e lavoro nei paesi dell'Unione Europea.

Inizio ore **17.00**

17/4

Eures e mobilità europea



PILLOLE DI EDUCAZIONE FINANZIARIA

A cura di

Crédit Agricole Italia

Acquisire le conoscenze di base del mondo finanziario, imparando a metterle in pratica nella vita quotidiana e a gestire il denaro in maniera consapevole per trovare le soluzioni più adeguate ai propri obiettivi.

Inizio ore **16.00**

6-13-20-27/5

 **CRÉDIT
AGRICOLE**





BOOST

PER LE SCUOLE

Per l'anno scolastico 2024/2025 BOOST offre alle scuole la possibilità di usufruire di attività formative all'interno degli istituti, curate da esperti e formatori, relative ai seguenti argomenti:

- Public speaking
 - Educazione finanziaria
- 

SORRIDI AL TUO FUTURO

OPPORTUNITÀ E CARRIERE

UN EVENTO IN
COLLABORAZIONE CON:



CONFINDUSTRIA LA SPEZIA

Martedì 26 novembre alle ore 11.00 al Teatro Civico della Spezia, alcuni imprenditori locali, in dialogo con Dario Vergassola, incontreranno gli studenti delle scuole secondarie di II grado per raccontare la loro esperienza nel mondo del lavoro e le opportunità del nostro territorio.

La partecipazione è riservata alle scuole.





Seguici!



accademiaspezia.it