

ORDENA'T: EMPRENDE AMB CLAREDAT

DURADA DEL CURS: 30 hores

DESCRIPCIÓ:

Programa formatiu i vivencial basat en el Mètode Ordena't (MO), que acompanya les dones a ordenar el seu projecte professional des de dins cap enfora, aportant claredat, estructura i sentit al procés emprenedor.

S'adreça a dones que volen iniciar el seu projecte, així com a aquelles que volen renovar o potenciar un projecte existent.

El recorregut es construeix a partir de les 5 preguntes clau del Mètode Ordena't, que guien la presa de decisions conscients i sostenibles:

1. PER A QUÈ? – Propòsit, sentit i motivació del projecte.
2. QUÈ? – El projecte i els recursos disponibles.
3. COM? – Estratègia, organització i acció.
4. QUAN? – Ritme, temps i compromís.
5. DEPÈN DE MI? – Responsabilitat, marge d'acció i posicionament.

Es tracta d'una formació presencial de 6 sessions de 5 hores cadascuna, dissenyada per afavorir el desenvolupament de competències emprenedores en dones.

OBJECTIUS:

- Conèixer i aplicar el Mètode Ordenat' per definir i estructurar un projecte emprenedor.
- Identificar el propòsit personal i professional i alinear-lo amb el projecte.
- Organitzar el treball, planificar i gestionar el temps i els recursos amb eficàcia.
- Desenvolupar habilitats de comunicació, imatge professional i presència digital.
- Gestionar aspectes econòmics bàsics del projecte amb consciència i sostenibilitat.
- Definir un mapa de ruta emprenedor amb accions concretes i prioritzades.

CONTINGUT DE LES SESSIONS:

MÒDUL 1. CLAREDAT I DECISIÓ

- Propòsit personal i professional.
- Connexió entre projecte vital i emprenedor.
- Identificació de talents, competències i experiència.
- Recursos personals i professionals.
- Responsabilitat, autonomia i presa de decisions.

MÒDUL 2. ESTRUCTURA I SOSTENIBILITAT

Gestió i organització del projecte:

- Organització del treball i planificació.
- Gestió del temps, energia i agenda.
- Prioritats, focus i sostenibilitat personal.

Educació financera per a dones emprenedores:

- Relació amb els diners i finances bàsiques.
- Posar preu amb sentit i sostenibilitat econòmica.

Imatge personal i professional:

- La imatge com a eina de comunicació.
- Color, presència i coherència professional.
- Bases de la imatge corporativa i comunicació verbal i no verbal.

Recursos i eines per a les xarxes socials:

- Presència digital coherent.
- Organització i planificació de continguts.
- Mostrar el projecte amb autenticitat.

METODOLOGIA:

- Formació vivencial, pràctica i aplicada.
- Treball individual (mentories personalitzades) i grupal amb exercicis sobre projectes reals.
- Espais de reflexió, decisió i acció.
- Acompanyament proper i respectuós.
- Format setmanal per integrar els aprenentatges entre sessions.

L'EQUIP FORMATIU:**MÒNICA ALDEGUNDE CERAZO**

Coach Ontològica PCC (ICF), creadora del Mètode Ordena't, especialitzada en emprenedoria femenina i desenvolupament de competències.

MAR FRIGOLA TRIOLA

Especialista en imatge personal i professional, comunicació, color i presència.

ELISABETH VALENTÍ VILAMITJANA

Especialista en educació financera i acompanyament econòmic per a dones emprenedores.

ANNA LAURA CASTRO ALDEGUNDE

Fotògrafa professional i creadora de continguts per a empreses de diversos sectors.

DATES, HORARI I LOCALITZACIÓ:**DATES I HORARI**

- **Dimarts 21 i 28 d'abril i 5, 12, 19 i 26 de maig – De 9.30 a 14.30 h**

LOCALITZACIÓ:

[Dona Terra](#) (C. de l'Or, 2 Bis – **BLANES**)

INSCRIPCIONS:

Si vols inscriure't a aquesta formació, envia'ns un correu electrònic amb les teves dades personals a emprenedors@cambragirona.org i ens posarem en contacte amb tu.