



CONTRIBUTO
REGIONE DEL VENETO



Città di
Campodarsego



Città di Campodarsego

ALLEANZA PER
LA FAMIGLIA



Villanova di Camposampiero



La Fattoria
Chicchirichi

La città di Campodarsego in collaborazione con la Cooperativa We Care organizza

MAMMIE ALLA RISCOSSA

INCONTRI GRATUITI

dedicati alle mamme disoccupate
verrà rilasciato un attestato finale
con il minimo di frequenza agli incontri

📍 PRESSO LA FATTORIA CHICCHIRICHÌ
Via Meucci, 29 - Campodarsego

COME CI SI ISCRIVE?

Presso l'Ufficio Alleanza per la Famiglia - Servizi
Sociali - piano terra del Comune di Campodarsego

▶ **ISCRIZIONE OBBLIGATORIA** ◀
ENTRO IL 23 AGOSTO 2018

Puoi portare con te il tuo bimbo a 3€ ad incontro

2 ore **PULIZIE DI CASA:**

Perché? Come? Quando? Quanto?

Martedì
28 Agosto
ore 20:45

Spiegazione e confronto sulle migliori procedure per strutturare le pulizie di casa, quali strumenti funzionino meglio di altri.

Giovedì
30 Agosto
ore 20:45

I prodotti che usiamo, le reazioni chimiche da evitare, cosa utilizzare per spendere meno ed igienizzare ugualmente, detersivi/detergenti da produrre da sole, sapere leggere le etichette, dove acquistare, gruppo di acquisto per il risparmio di tutte.

1,5 ore **ALIMENTAZIONE**

Martedì
4 Settembre
ore 20:45

Carboidrati, grassi, proteine. Cosa sono? Dove si trovano? Perché fanno bene? Perché fanno male? Migliori metodi di cottura per ciascun tipo di alimento.

Giovedì
06
Settembre
ore 20:45

Come combinare gli alimenti per una dieta equilibrata.
Esempio di una dieta per bambino dai 3 ai 5 anni, dai 6 ai 10 anni, dai 12 ai 14 anni e per un adulto.

Martedì
11 Settembre
ore 20:45

Acquistare correttamente: leggere le etichette e fare acquisti adeguati.
Gli acquisti a chilometro zero: sì o no? Dove?

1,5 ore **IL MONDO DEL LAVORO**

Giovedì
13 Settembre
ore 20:45

Quali contratti di lavoro esistono? Come posso essere assunta regolarmente? Cosa posso "pretendere" da un datore di lavoro?
Quali sono i diritti e i doveri di ciascuna tipologia contrattuale

Martedì
18 Settembre
ore 20:45

Come leggere la busta paga, come/quando/perché fare la dichiarazione dei redditi, quali spese famigliari posso detrarre e come.

2 ore **PC E INFORMATICA** ► PRESSO SCUOLA PRIMARIA DI SANT'ANDREA

Giovedì
20 Settembre
ore 20:45

Come funziona un PC/un TABLET/uno smartphone: cosa possa fare?
Come posso utilizzarlo e mantenerlo nel tempo?
Word: scrivere un testo, impostare una pagina, elaborare un curriculum.

Martedì
25 Settembre
ore 20:45

La mail: creare il proprio indirizzo mail, scaricare l'applicazione sul proprio telefono, monitorare l'arrivo e l'invio delle mail, inviare mail con o senza allegati.

Giovedì
27 Settembre
ore 20:45

Ricerca on line - Social network: a cosa servono, a cosa fare attenzione, come accompagnare i figli sia nella ricerca online che nei social network