

## **PROGRAMA "MEXE-TE" E5G**

**Formação: "De onde venho, para onde vou, como vou? Na construção de um projeto de vida!" (Grupo 6)**

**:: 19 de outubro de 2015 ::**

Decorreu a 19 de outubro, na DTIM (Funchal), a Formação intitulada "**De onde venho, para onde vou, como vou? Na construção de um projeto de vida!**", destinada a um novo grupo de jovens desempregados e antes de ingressarem numa experiência de estágio.

Esta sessão foi dinamizada pela psicóloga Carla Vale Lucas, e contou com a presença de 15 jovens.

Decorreu no âmbito da colaboração do SCP-UMa com o projeto "Mexe-te" E5G, da [Câmara Municipal do Funchal](#)

Nas 3 horas de duração da sessão, trabalhou-se na construção de um projeto de

vida, na definição de objetivos, na importância do autoconhecimento e na necessidade de haver um investimento e desenvolvimento contínuo das nossas competências, para ir fazendo face aos desafios.

Como acontecimentos mais importantes da sessão, identificados pelos jovens, destaque-se os seguintes: *"o facto de me ter feito refletir, debater e participar nas reflexões de autoconhecimento profissional e pessoal"; "O acontecimento de eu perceber como sou, como tenho que ser, o que tenho que melhorar, ter a noção das minhas fraquezas e forças"*.

Consulte aqui o [álbum de facebook](#) com estas e outras opiniões dos participantes.