

R-START

Il percorso gratuito di orientamento
e formazione per giovani 15-29 anni in Lombardia

PERCORSO R-START

Tutti i partecipanti prendono parte a un percorso condiviso per sviluppare consapevolezza, competenze e strumenti utili per affrontare il mondo del lavoro con sicurezza.

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE

- Età tra i 15 e i 29 anni
- Residenza o domicilio in Regione Lombardia
- Non avere attività lavorative in corso
- Non essere impegnat* in percorsi di studio



750€

REGIONE LOMBARDIA
RICONOSCE IL TUO PERCORSO
con un'indennità di partecipazione a
conclusione di **150 ORE**.

zeronet
TUTTA UN'ALTRA STRADA

UN PROGRAMMA DI

Fondazione
CARIPLO

IN COLLABORAZIONE CON

INTESA SANPAOLO

R-START - La Ripartenza dei giovani, tra Sviluppo, Talento, Rete e Territorio. Orientamento, lavoro e formazione per NEET della Provincia di Monza e Brianza.
ID PRATICA 7123631 - CUP E81D26000500004 è realizzato nell'ambito delle iniziative promosse dal Programma Regionale cofinanziato dal Fondo Sociale Europeo Plus.
Per maggiori informazioni www.fse.regione.lombardia.it

PARTNER



PERCORSO R-START

Una tappa dopo l'altra, verso il mondo del lavoro.

Scopri il programma modulo per modulo.



TEAM BUILDING R-Start!

[pag. 3](#)



IMPROVING SKILLS Office Lab

[pag. 4](#)



TEAM COACHING Team Up!

[pag. 5](#)



SOFT SKILLS Boost Yourself

[pag. 6](#)



DIGITAL SKILLS Social Media

[pag. 7](#)



JOB COACHING Orientamento al Lavoro

[pag. 8](#)



LABORATORIO Competenze Trasversali

[pag. 9](#)



SVILUPPO SOSTENIBILE Green Future

[pag. 10](#)

zeronett
TUTTA UN'ALTRA STRADA

UN PROGRAMMA DI

Fondazione
CARIPLO

IN COLLABORAZIONE CON

INTESA **SANPAOLO**

R-START - La Ripartenza dei giovani, tra Sviluppo, Talento, Rete e Territorio. Orientamento, lavoro e formazione per NEET della Provincia di Monza e Brianza.
ID PRATICA 7123631 - CUP E81D26000500004 è realizzato nell'ambito delle iniziative promosse dal Programma Regionale cofinanziato dal Fondo Sociale Europeo Plus.
Per maggiori informazioni www.fse.regione.lombardia.it

PARTNER





TEAM BUILDING

R-START!

Costruire il gruppo, creare collaborazione, partire insieme

Il Team Building R-start è il primo passo del percorso: serve per rompere il ghiaccio e creare subito un buon clima nel gruppo. Con giochi e attività pratiche conoscerai meglio i tuoi compagni e ti sentirai più a tuo agio fin da subito. Scoprirai anche qualcosa di te: come ti relazioni e collabori con gli altri. Alla fine del percorso organizzeremo un evento conclusivo per condividere i risultati, raccontare l'esperienza e valorizzare le competenze che hai sviluppato.



PROGRAMMA

- Accoglienza e conoscenza del gruppo
- Attività di team building
- Attività di gruppo per collaborare e risolvere piccole sfide
- Esercizi di comunicazione e ascolto reciproco
- Attività per costruire fiducia e collaborazione nel gruppo



DURATA
4 ore

MODALITÀ
In presenza · Milano o Seregno

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



IMPROVING SKILLS

OFFICE LAB

Competenze digitali per il mondo del lavoro

Office Lab è un corso pratico per imparare a usare meglio il computer e gli strumenti digitali più usati in ufficio. Imparerai a creare e gestire documenti, lavorare con Word, Excel e PowerPoint e organizzare i file in modo ordinato e semplice. Durante il percorso farai esercitazioni pratiche, così da sentirti più sicuro nell'uso del PC e più autonomo e preciso nelle attività digitali quotidiane e professionali.



PROGRAMMA

- Utilizzo del PC e gestione file
- Word, Excel e PowerPoint: funzioni principali
- Creazione e modifica di documenti digitali
- Organizzazione e archiviazione dati
- Esercitazioni pratiche guidate



DURATA
30 ore

MODALITÀ
In presenza · Milano o Seregno

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



TEAM COACHING

TEAM UP!

Potenzia la collaborazione e la forza del gruppo

Team Up! è un momento di formazione pensato per aiutarti a lavorare meglio con gli altri e capire come funziona davvero un gruppo. Lavorerai in modo pratico, affrontando piccole sfide che richiedono collaborazione e comunicazione, per scoprire il tuo ruolo nel gruppo e migliorare il modo in cui lavori con gli altri.



PROGRAMMA

- Dinamiche di gruppo e collaborazione
- Esercizi su fiducia e collaborazione
- Comunicazione efficace e ascolto degli altri
- Ruoli e responsabilità nel lavoro di squadra
- Sfide di problem solving insieme agli altri



DURATA
16 ore

MODALITÀ
In presenza · Milano o Seregno

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



SOFT SKILLS

BOOST YOURSELF

Sviluppa le tue competenze personali e professionali

Boost Yourself è pensato per aiutarti a sviluppare le tue soft skills, le abilità che ti servono nella vita di tutti i giorni e nel lavoro. Attraverso attività pratiche, esercitazioni individuali e momenti di confronto lavorerai su autonomia, creatività, motivazione ed espressività, rafforzando la consapevolezza di te stesso.



PROGRAMMA

- Autonomia e gestione personale
- Motivazione e orientamento agli obiettivi
- Comunicazione ed espressività
- Problem solving
- Gestione delle situazioni complesse



DURATA
40 ore

MODALITÀ
Online

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



DIGITAL SKILLS

SOCIAL MEDIA

Sviluppa competenze digitali e comunica in modo efficace online

Il percorso Social Media è dedicato a chi desidera acquisire competenze pratiche nell'utilizzo degli strumenti digitali e nella gestione della comunicazione online: creare contenuti efficaci, gestire i principali social media, pianificare strategie di comunicazione digitale e promuovere attività, progetti o professioni.



PROGRAMMA

- Fondamenti di comunicazione digitale e principali social media
- Creazione di contenuti per web e social, tecniche di copywriting
- Pianificazione editoriale e strumenti di gestione contenuti
- Personal branding e analisi delle performance (metriche e KPI)
- Esercitazioni pratiche e simulazioni



DURATA
32 ore

MODALITÀ
Online

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



JOB COACHING

ORIENTAMENTO AL LAVORO

Costruisci il tuo percorso professionale e affronta la ricerca di lavoro

Definirai il tuo progetto professionale e svilupperai le competenze necessarie per affrontare il mercato del lavoro con maggiore consapevolezza: valorizzare le tue competenze, individuare obiettivi realistici e preparare candidature efficaci per aumentare le tue opportunità di inserimento lavorativo.



PROGRAMMA

- Analisi delle competenze e definizione degli obiettivi professionali
- Pianificazione della ricerca attiva del lavoro
- Creazione e miglioramento di CV e lettera di presentazione
- Sviluppo di self marketing e personal branding
- Simulazioni di colloqui di lavoro

DURATA
16 ore

MODALITÀ
In presenza · Seregno e Online

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



LABORATORIO SOFT SKILLS

COMPETENZE TRASVERSALI

Affronta con sicurezza studio e lavoro

Dedicato a chi desidera migliorare le proprie competenze relazionali e personali: comunicare in modo efficace, collaborare con gli altri, gestire situazioni complesse e sviluppare capacità di adattamento, per affrontare con maggiore sicurezza i contesti professionali e personali.



PROGRAMMA

- Comunicazione efficace e ascolto attivo
- Gestione delle relazioni interpersonali e lavoro di squadra
- Problem solving e gestione delle situazioni
- Adattabilità, flessibilità e gestione del cambiamento
- Esercitazioni pratiche e simulazioni



DURATA
6 ore

MODALITÀ
In presenza · Milano e Online

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.



SVILUPPO SOSTENIBILE

GREEN FUTURE

Contribuisci a un futuro più responsabile

Dedicato a chi desidera approfondire i temi della sostenibilità ambientale e sociale e comprendere il proprio ruolo come cittadino responsabile: i principi dello sviluppo sostenibile, le buone pratiche per ridurre l'impatto ambientale e i comportamenti consapevoli nella vita quotidiana e nel lavoro.



PROGRAMMA

- Principi dello sviluppo sostenibile e Agenda 2030
- Sostenibilità ambientale e responsabilità sociale
- Consumi consapevoli e riduzione dell'impatto ambientale
- Cittadinanza attiva e comportamenti sostenibili
- Esercitazioni pratiche e confronto su casi reali



DURATA
6 ore

MODALITÀ
In presenza · Milano e Online

Periodo: sono previste più edizioni del corso da Ottobre/Novembre 2026 a Settembre 2028. Ogni partecipante può aderire ad una sola edizione.

ENTRA NEL MONDO DEL LAVORO

DOPO IL PERCORSO?

**Orientamento professionale e opportunità di stage
nelle aziende del territorio!**

**Non perdere l'occasione di migliorare le tue competenze
e aprire nuove porte nel mondo del lavoro.**

**Contattaci per scoprire il percorso R-START e
inizia subito il tuo cammino verso il successo!**



**Conosciamoci!
Compila il questionario**



**Strutturiamo il
percorso.**



**Iscriviti!
Contattaci.**



**CANDIDATI
ORA!**



SCRIVICI
WA: 340.7972921
Mail: zeroneet@etass.it



CANDIDATI ONLINE
<https://www.etass.it/r-start-id7123631-cupe81d26000500004/>



CHIAMACI
0362.231231

INQUADRA IL QR CODE



zeroneet
TUTTA UN'ALTRA STRADA

UN PROGRAMMA DI
**Fondazione
CARIPLO**

IN COLLABORAZIONE CON

INTESA **SANPAOLO**

R-START - La Ripartenza dei giovani, tra Sviluppo, Talento, Rete e Territorio. Orientamento, lavoro e formazione per NEET della Provincia di Monza e Brianza.
ID PRATICA 7123631 - CUP E81D26000500004 è realizzato nell'ambito delle iniziative promosse dal Programma Regionale cofinanziato dal Fondo Sociale Europeo Plus.
Per maggiori informazioni www.fse.regione.lombardia.it

PARTNER

