



no. Per avere il polso della situazione, rivolgetevi ai servizi per l'impiego pubblici (i Cpi e quelli gestiti da Comuni e Province) o privati, accreditati alle Regioni (l'elenco si trova negli uffici delle Regioni): saprete in che campo c'è domanda.

Consultate anche www.borsalavorolombardia.com: una bacheca virtuale che diventerà nazionale. Infine, contattate le società private di selezione e head hunting nazionali e internazionali, come Praxi (www.praxi.com) e Sintex (www.e-sintex.it).

E ANCORA... Secondo un'indagine, nel 2004 i curricula si sono rivelati fondamentali nel 30% delle assunzioni. Dopo aver

compilato un cv impeccabile (trovate quello standard su <http://europa.eu.int/eures>), gli esperti consigliano di sparare nel mucchio: inviatelo anche ad aziende di cui non avete referenze di prima mano (info su www.infoimprese.it) e rispondete alle inserzioni (per l'estero, c'è il portale Eures).

Il lavoro è il miglior amico delle donne di Vera Schiavazzi (Sperling): parla delle nuove regole e dei nuovi contratti. **Perfetta strategia per la donna in carriera** di Cristina Melchiorri (Lupetti): consiglia cosa dire nel primo colloquio di lavoro.



E se perdo il posto?

Perdere l'occupazione: può capitare. Che fate se avete perso un posto a tempo indeterminato? Rispondono due consulenti nel campo di formazione e impiego, Marina Verderajme (Act1) e Vincenzo Sarchielli (Studio Mèta), e Giampaolo Vigolo della Cgil.

I DIRITTI Restano dubbi su TFR e altre pendenze? Consultate i sindacati (www.cgil.it, www.cisl.it, www.uil.it) o i patronati Acli (www.acli.it). Verificate anche la possibilità dell'*outplacement*: è un aiuto nella ricollocazione su mandato dell'azienda.

RIPARTIRE Niente panico. Riorganizzate il budget e fate della

ricerca del lavoro la nuova occupazione. Individuate il lavoro desiderato e fate un bilancio delle competenze maturate e da sviluppare.

PRIMO PASSO Informatevi presso i Centri per l'Impiego (Cpi, sostituiscono il vecchio Collocamento) se avete diritto all'indennità di disoccupazione o alla mobilità: significano sussidio e sgravi contributivi per le aziende che vi assumeran-

E se mi licenziano io...

PRIMA

Ricorda che... prima di decidere definitivamente, puoi prenderti un'aspettativa (informati se ne hai diritto presso i sindacati o i patronati).

DURANTE

Verifica se... esistono incentivi alle dimissioni. Accade soprattutto nelle grandi aziende. In media, l'incentivo è di una mensilità lorda per ogni anno lavorato.

DOPO

Se vuoi metterti in proprio... Opportunità al femminile sul sito del ministero Attività Produttive: www.minindustria.it. O su www.osservatoriodonna.igol.it/, www.imprendendo.it o www.formaper.it.