



Silvia Mata trabaja en Cocuus. L.R.



Roberto Pérez Nalda, diseñador gráfico. L.R.



María Clara Vieira, en su trabajo. L.R.



Miguel Pablo Arévalo. L.R.

Un trampolín hacia el mercado laboral

Viveros de Empleo. Cuatro alumnos narran cómo el programa de UNIR y el Ayuntamiento de Logroño les ayudó a encontrar trabajo

LUIS JAVIER RUIZ

Tras cinco años en paro, María Clara Vieira estaba empezando a perder las esperanzas de reincorporarse al mercado laboral. Más aún de hacerlo en el área de la administración, su verdadera vocación. A Silvia Mata, graduada en Biotecnología, la pandemia le sorprendió recién finalizado su master en Nuevos Alimentos por la Universidad Autónoma de Madrid y su beca. Miguel Pablo Arévalo, tras diez años ininterrumpidos de trabajo, se quedó en el paro durante un confinamiento que hizo que a Roberto Nalda, autónomo del diseño gráfico, se le congelaran todos sus proyectos. El punto de encuentro de estas historias (y de otras 51) fue la primera edición del Vivero de Empleo que UNIR y el Ayuntamiento de Logroño pusieron en marcha en 2020 para que medio

centenar de desempleados mejoraran su búsqueda de empleo. No les fue mal. A María Clara le acaban de hacer fija en una multinacional; Silvia Mata investiga nuevos alimentos en Cocuus, una startup capaz de imprimir chuletones de carne sintética; Miguel Pablo Arévalo encontró trabajo en su sector antes incluso de finalizar las sesiones del Vivero y Roberto Nalda retomó su negocio con más energía. Las inscripciones para la segunda edición del Vivero, que es gratuito, están abiertas hasta el 27 de febrero.

«En menos de dos meses conseguí trabajo», recuerda Vieira, que destaca sobre todo el cambio de mentalidad que le imprimió el Vivero. «Antes buscaba cualquier cosa y me centré en lo que realmente quería. Fue una de las recomendaciones del 'coach', re-



Imagen de una de las sesiones formativas del programa. L.R.

cuerta destacando el valor del trabajo con el resto de compañeros.

Silvia Mata y Miguel Pablo Arévalo coinciden en cómo aprendieron a afrontar las entrevistas. «No me había visto en esa situación y aprendí a realizar el currículum, a utilizar las redes sociales, LinkedIn, a enfrentarme a las entrevistas de trabajo», dice la graduada en Biotecnología. «Encontré empleo en pleno confinamiento, antes de acabar un curso que, sobre

todo, me ha permitido enfocar ese proceso desde otra perspectiva, he aprendido gestión emocional y a conocer mis fortalezas y debilidades y a trabajar estas», argumenta Arévalo.

Ese trabajo interno, de autoconocimiento, es el que destaca Roberto Nalda. «Es un curso extenso en el que consigues desarrollar capacidades y habilidades, en el que te da tiempo a mirar hacia dentro, conocerte a ti mismo, a

VIVERO 2022

► **Fechas.** Inscripción hasta el 27 de febrero. Sesiones, del 16 de marzo al 1 de junio.

► **Organizan.** Fundación UNIR y Ayuntamiento de Logroño.

► **Requisitos.** Estar en paro, ser vecino de Logroño y tener ordenador, cámara, micro e Internet.

► **Inscripciones y más información:**



«Buscar empleo es un trabajo y hay que hacerlo adecuadamente»

L.J.R.

LOGROÑO. La transformación del mercado laboral y de las empresas, acentuada tras la crisis del COVID, exige cada vez más profesionales actualizados, motivo por el que UNIR y Ayuntamiento de Logroño ponen en marcha esta segunda edición del Vivero del

empleo que ayudará a 50 desempleados a desarrollar sus habilidades y capacidades para el proceso de búsqueda de empleo.

Marta Carrión, responsable del área de Empleo y Alumni de UNIR, analiza que son «los perfiles tecnológicos los que más se demandan», más aún tras la pandemia, «que ha hecho que el mundo sea cada

vez más digital». En La Rioja también, pero con menor intensidad ya que sigue siendo amplia la demanda de otros perfiles más tradicionales como los vinculados al área comercial. En todo caso, Carrión recuerda que «la tecnología ha llegado para quedarse y es necesaria la formación».

«El vivero es una forma de ayudar a quien está en desempleo. Un programa en el que ven aspectos concretos que luego podrán complementar con otra formación», señala Ca-

rrión recordando «que es cien por cien 'on line' y que, durante 22 sesiones, trabajarán la inteligencia emocional, el autoconocimiento, técnicas de búsqueda de empleo, perfiles profesionales optimizados... Buscar empleo es un trabajo en sí mismo y hay que hacerlo de manera adecuada. Este

proyecto dura dos meses y medio y te permite plantear si lo estás haciendo bien».

Carrión, que agradece el apoyo del Ayuntamiento de Logroño, ex-

plica que por la anterior edición también pasaron emprendedores y opositores, ya que «no consiste en aprender a enviar un currículum, sino en entender hacia dónde voy profesionalmente hablando, qué es lo que puedo hacer». Una de las claves es recuperar la autoestima de quien lleva tiempo viendo cómo se le cierran las puertas. «La idea es trabajar esa autoestima. En la primera edición, 42 participantes completaron con éxito el programa y casi el 74% logró un empleo o estaba opositando o emprendiendo», completa.



Marta Carrión