



**SELEZIONE PER LA COPERTURA DI UN POSTO DI
DIRIGENTE A TEMPO DETERMINATO RESPONSABILE DEL
SERVIZIO SOCIALE DEI COMUNI DELL'AMBITO
TERRITORIALE "FRIULI CENTRALE", AI SENSI DELL'ART.
110 C. 1 D.LGS. 267/2000.**

TRACCIA 1

1) Il candidato dopo aver brevemente illustrato la propria esperienza professionale, esponga sinteticamente i propri punti di forza e di debolezza.

Illustri come applicherebbe le proprie competenze, in qualità di dirigente dell'Ambito, nella programmazione, progettazione e realizzazione, anche con riferimento all'organizzazione e gestione delle risorse umane, di servizi finalizzati a favorire l'inclusione e la capacitazione dei minori con disabilità, anche alla luce della riforma normativa regionale di settore. Evidenzi anche come verrebbero coinvolti i soggetti istituzionali e del terzo settore.

2) The time of day you drink a cup of coffee may lower the risk of an early death, new research suggests.

The study found that people who drank coffee in the morning had a lower risk of dying from cardiovascular disease and had a lower mortality risk than all-day coffee consumers - but the research could not prove whether coffee was the sole cause.

Dr Lu Qi, lead researcher and director of Tulane University Obesity Research Center, said while the study does not show why drinking coffee in the morning reduces the risk, one explanation could be that consumption later in the day may disrupt a person's internal body clock.

“A possible explanation is that consuming coffee in the afternoon or evening may disrupt circadian rhythms [our bodies 24-hour cycle of physical, mental and behavioural changes] and levels of hormones such as melatonin”.

3) Inserendo un destinatario nel campo Ccn di un messaggio di posta elettronica:

- a) Il destinatario riceve una copia del messaggio senza che gli altri eventuali destinatari possano vedere il suo nome**
- b) Il destinatario riceve una copia del messaggio ed anche gli altri eventuali destinatari possano vedere il suo nome**
- c) Il destinatario non può più inviare messaggi di posta elettronica a nessuno**
- d) Il destinatario non riceve una copia del messaggio**

firma candidato _____



**SELEZIONE PER LA COPERTURA DI UN POSTO DI
DIRIGENTE A TEMPO DETERMINATO RESPONSABILE DEL
SERVIZIO SOCIALE DEI COMUNI DELL'AMBITO
TERRITORIALE "FRIULI CENTRALE", AI SENSI DELL'ART.
110 C. 1 D.LGS. 267/2000.**

TRACCIA 2

1) Il candidato dopo aver brevemente illustrato la propria esperienza professionale, esponga sinteticamente i propri punti di forza e di debolezza.

Illustri come applicherebbe le proprie competenze, in qualità di dirigente dell'Ambito, nella programmazione, progettazione e realizzazione, anche con riferimento all'organizzazione e gestione delle risorse umane, di servizi finalizzati a favorire l'autonomia della persona adulta con disabilità. Evidenzi anche come verrebbero coinvolti i soggetti istituzionali e del terzo settore.

2) We all know that producing most foods creates gas emissions, driving climate change. These emissions come from hundreds of different sources, including tractors burning fuel, fertilizer industry and the bacteria in cow's guts.

However, there are some foods that remove more greenhouse gases than they emit, often referred to as "carbon negative" foods. These foods leave the climate better than they found it. Producing and eating more of these could help reduce the carbon impact of our food and, in some cases, restore ecosystems in the process.

When plants grow, they take carbon dioxide (CO₂) from the air, but when we (or animals) metabolize these plants, this CO₂ usually gets released straight back into the air.

It's already possible to make your entire diet "carbon negative", although in today's world, it would require substantial changes to how most people eat.

3) Si può richiedere la conferma di lettura di un messaggio di posta elettronica?

- a) No**
- b) Sì**
- c) Solo ed esclusivamente se si invia il messaggio a più di un destinatario**
- d) Solo ed esclusivamente se il messaggio è crittografato**

firma candidato _____



**SELEZIONE PER LA COPERTURA DI UN POSTO DI
DIRIGENTE A TEMPO DETERMINATO RESPONSABILE DEL
SERVIZIO SOCIALE DEI COMUNI DELL'AMBITO
TERRITORIALE "FRIULI CENTRALE", AI SENSI DELL'ART.
110 C. 1 D.LGS. 267/2000.**

TRACCIA 6

1) Il candidato dopo aver brevemente illustrato la propria esperienza professionale, esponga sinteticamente i propri punti di forza e di debolezza.

Illustri come applicherebbe le proprie competenze, in qualità di dirigente dell'Ambito, nella programmazione, progettazione e realizzazione, anche con riferimento all'organizzazione e gestione delle risorse umane, di servizi finalizzati al contrasto delle povertà educative. Evidenzi anche come verrebbero coinvolti i soggetti istituzionali e del terzo settore.

2) Many people struggle to do the recommended amount of exercise each week. But research suggests even a small amount has powerful effects.

There's no question that exercise is good for the heart. Regular exercise lowers blood pressure and cholesterol and reduces the chances of having a heart attack or stroke. But sometimes it can be hard to find the time (and motivation) to exercise. So, what's the least amount of exercise you can do while still seeing these benefits? That answer depends on how fit you are to begin with.

Here's some good news: the lower your starting point is in terms of fitness, the less you have to do to see a benefit.

So, if you're someone who's completely sedentary, then only a small amount of exercise is needed to see a reduction in cardiac risk.

3) Cosa si intende per Phishing?

- a) Una tecnica per crittografare i messaggi di posta elettronica**
- b) La pagina principale di un sito web**
- c) Un particolare tipo di truffa ideato allo scopo di rubare dati personali**
- d) Un file di testo**

firma candidato _____