

Varese, 22 settembre 2015

## Corsi di formazione gratuiti Dote Unica Lavoro

Num.	TITOLO	durata ore
1	<b>PRODUTTIVITA' e BENESSERE PERSONALE</b>	
2	Gestire lo stress e le emozioni Varese: Mercoledì      Saronno: Lunedì	16
3	Corso Worklife Balance: come gestire in perfetto equilibrio lavoro e famiglia Varese: Mercoledì      Gallarate: Venerdì	16
4	Tu chiamale se vuoi Emozioni: <i>Impariamo a valorizzarle, a capire come si sviluppa il percorso emozionale e a farle diventare una risorsa di energia positiva.</i> Varese: Mercoledì      Saronno: Lunedì	16
5	Motivare ed automotivarsi Varese: Mercoledì      Gallarate: Venerdì	16
6	Cooking: <i>considerare cucina, gastronomia ed enologia, non solo come necessità o pratiche gratificanti, ma come opportunità di avviare percorsi di business</i> Varese: Giovedì	16
	<b>CORSI PER L'UTILIZZO DEL PC</b>	
7	Microsoft Excel Varese: lunedì	16
8	Microsoft Excel - <i>avanzato</i> Varese: martedì	24
9	AutoCAD 2D – 3D Varese: mercoledì	40
10	Grafica pubblicitaria e desktop publishing: Photoshop, Illustrator, Indesign Varese: Giovedì	48

	<b>CORSI DI LINGUE</b>	
11	Corso di lingua inglese base – principianti Varese: Lunedì    Saronno: Mercoledì	36
12	Lingua Inglese conversazione (livello intermedio) Varese: Martedì    Saronno: Giovedì	24
13	Corso di lingua francese base – principianti Varese: Lunedì    Gallarate: Mercoledì	36
14	Lingua Francese conversazione (livello intermedio) Varese: Martedì    Gallarate: Giovedì	24
15	Corso di lingua tedesca base – principianti Varese: Giovedì    Gallarate: Lunedì	36
16	Corso di lingua tedesca livello intermedio Varese: Venerdì    Gallarate: Martedì	24
17	Corso di lingua spagnola base – principianti Saronno: Martedì	36
18	Corso di lingua e cultura cinese Varese: Giovedì	36
19	Corso di lingua e cultura russa Varese: Venerdì	36

**DA INVIARE SCHEDA DI ISCRIZIONE ENTRO IL 28 settembre 2015**