



Confartigianato Imprese Lecco organizza

KEEP CALM & LOVE YOURSELF

CICLO DI 4 INCONTRI ORIENTATI AL BENESSERE PSICO - FISICO

1° "MANGIAR BENE PER STAR BENE" € 15+IVA
Giovedì 23/03/17 h. 18.30 – 21.00 ISCRIZIONI ENTRO 20/03/2017

I partecipanti potranno apprendere come raggiungere un bilanciamento corporeo adeguato e non il banale "peso forma", attraverso un'alimentazione che sia varia e che fornisca i nutrienti necessari per vivere in salute a lungo.

Il docente sarà affiancato da una consulente che illustrerà ricette ad hoc.

Relatori: Dott. Mattia Ferraroli, nutrizionista e Giulia Barranco, esperta di cucina

2° CHIC & SHOCK: L'ABITO GIUSTO AL MOMENTO GIUSTO!" € 25+IVA
Mercoledì 19/04/17 h. 18.30 – 21.00 ISCRIZIONI ENTRO 14/04/2017

Il modulo vuole sviluppare nei partecipanti la consapevolezza che inevitabilmente il look, nella società odierna, ha un peso non indifferente che può far sentire adeguati o meno a seconda delle circostanze. L'obiettivo è apprendere in pochi passaggi come riuscire a "star bene" con se stessi e con quello che si indossa, imparando a conoscere la propria fisicità. Verranno proposti diversi outfit attraverso dimostrazioni pratiche.

Relatrice: Dott.ssa Chiara Sironi, personal shopper e fashion blogger

3° "TRUCCO BASE: COME VALORIZZARSI IN POCO TEMPO" € 55+IVA
Sabato 20/05/17 h. 9.00 – 13.00 ISCRIZIONI ENTRO 12/05/2017

La mattina si ha sempre poco tempo per pensare a sé e curare il proprio aspetto... Il modulo sarà l'occasione per imparare a correggere ma non a nascondere, a valorizzare ma non a stravolgere, illuminare, sottolineare, esaltare la bellezza naturale di ogni donna per renderla sicura di se stessa. Il materiale utilizzato sarà quello già in possesso delle partecipanti, verrà fornito comunque un elenco di riferimento.

Relatrici: Antonella Brescianini e Simona De Franco, docenti di estetica professionale

4° "IMPARARE L'OTTIMISMO: € 70+IVA
COME CAMBIARE LA VITA CAMBIANDO IL PENSIERO"
Sabato 17/06/17 h. 9.00 – 13.00 ISCRIZIONI ENTRO IL 12/06/2017

L'ottimismo ha un ruolo fondamentale in alcuni, se non in tutti gli ambiti della vita: favorisce il successo, rafforza il benessere fisico, ed è un piacevole stato mentale. I partecipanti impareranno a misurare il proprio ottimismo, a riconoscere gli stili di pensiero, a cambiare il dialogo interno e ad essere resilienti. Impareranno a diventare ottimisti, sì, perchè ottimisti si diventa!

Relatore: Dott. Remo Bernardi, morfopsicologo e mental coach

APERTO A TUTTI



**QUOTA DI ISCRIZIONE PACCHETTO
COMPLETO ENTRO 20/03/2017:**

€ 160 + IVA A PARTECIPANTE

SEDE:

Ala nuova – Confartigianato Imprese Lecco,
via Galileo Galilei 1 – Lecco

Per informazioni e iscrizioni: Confartigianato Imprese Lecco

Ufficio Formazione Tel. 0341-250200 - Fax 0341-250170 - formazione@artigiani.lecco.it

KEEP CALM & LOVE YOURSELF

CICLO DI 4 INCONTRI ORIENTATI AL BENESSERE PSICO-FISICO

SCHEDA DI ISCRIZIONE

restituire al fax 0341-250170 o a formazione@artigiani.lecco.it

N.B. è previsto un n° minimo e un n° massimo di partecipanti

i posti in aula verranno assegnati in base all'ordine cronologico di arrivo delle iscrizioni

- pacchetto completo € 160,00+IVA a partecipante - iscrizioni entro il 20/03/17
- 1° modulo € 15,00+IVA a partecipante - iscrizioni entro il 20/03/17
- 2° modulo € 25,00+IVA a partecipante - iscrizioni entro il 14/04/17
- 3° modulo € 55,00+IVA a partecipante - iscrizioni entro il 12/05/17
- 4° modulo € 70,00+IVA a partecipante - iscrizioni entro il 12/06/17

A Z I E N D A	Ragione sociale	
	Sede	Via
	Telefono	Fax
	E-Mail	P. IVA
	Descrizione Attività	

AZIENDA ISCRITTA a Confartigianato Imprese Lecco: Sì No

NOTA: se si compilano tutti i campi della sezione "Azienda", in assenza di ulteriori indicazioni la fattura verrà intestata all'azienda. Se invece si vuole che la fattura venga emessa direttamente alla persona fisica del partecipante, si richiede di indicare solo la ragione sociale dell'azienda come mero riferimento, compilando poi con precisione solo i campi della sezione "Partecipante".

P A R T E C I P A N T E	<input type="checkbox"/> Titolare <input type="checkbox"/> Socio <input type="checkbox"/> Dipendente <input type="checkbox"/> Altro _____			
	Nome		Cognome	
	Nato a		Il	
	Residente a		Via	
	Cod. Fiscale		Telefono/cellulare	

MODALITA' DI PAGAMENTO (da effettuarsi solo dopo conferma dell'avvio del corso)

barrare con X la casella corrispondente

bonifico bancario IBAN: IT05B0310422901000000034588 intestato a U.A. UNIONSERVICE LECCO S.R.L.

contanti/assegno € _____ versati il _____ presso Sede o Delegazione di _____

solo per aziende associate utenti servizi: **addebito in fattura servizi paghe e/o contabilità**



N.B. IN RIFERIMENTO AL SOLO PACCHETTO COMPLETO: PER LE DITTE ISCRITTE ALL'ELBA, PER LA PARTECIPAZIONE DI TITOLARI, SOCI, COLLABORATORI FAMILIARI E DIPENDENTI, AL TERMINE DEL CORSO E' POSSIBILE RICHIEDERE IL CONTRIBUTO ELBA.

PER TUTTE LE INFORMAZIONI E MODULISTICA: www.elba.lombardia.it OPPURE SPORTELLO EBA LECCO, sig.ra Monica Inzoli, tel. 0341-250200, SOLO MARTEDI' E GIOVEDI' MATTINA.

L'ISCRIZIONE SI INTENDERA' PERFEZIONATA AL VERSAMENTO DELLA QUOTA.

IN CASO DI SUCCESSIVA RINUNCIA, TALE QUOTA VERRA' TRATTENUTA DALL'ASSOCIAZIONE.

Comunicazione ai sensi del D.L. 30 giugno 2003, T.U. sulla Privacy.

Si informa che i dati personali che verranno forniti a CONFARTIGIANATO IMPRESE LECCO nell'ambito dell'iniziativa relativa alla raccolta di informazioni per la banca dati sui corsi, saranno oggetto di trattamento a mezzo di sistemi informatici, nonché manualmente. Lo scopo della raccolta e del trattamento è di raccogliere informazioni sui partecipanti ai corsi anche in merito alla loro valutazione di gradimento, al fine di migliorare e qualificare i nuovi interventi formativi. L'utilizzo dei dati sarà ad esclusivo uso interno. Il conferimento dei dati è facoltativo. Si informa che l'interessato ha diritto di avere conferma dell'esistenza di dati che lo riguardano, di cancellarli se raccolti o trattati illecitamente di rettificarli o aggiornarli, di opporsi per motivi legittimi al trattamento e di opporsi al trattamento effettuato ai fini di informazione commerciale, invio di materiale pubblicitario, vendita diretta, compimento di ricerche di mercato o di comunicazione commerciale interattiva. Titolare dei dati è CONFARTIGIANATO IMPRESE LECCO.

_____ data

_____ Firma partecipante ed eventuale timbro azienda