



Scuola di impresa della 



CORSO ONLINE TECNICHE DI SELF EMPOWERMENT

I VANTAGGI DI UN CORSO ON LINE

E-learning come nuova frontiera della formazione. Un'opportunità per raggiungere i tuoi obiettivi professionali, un modo dinamico e veloce per sviluppare le tue competenze. Per te una comodità e un risparmio, in termini di risorse economiche e di tempo. Sarai tu a scegliere come e quando studiare e a personalizzare il tuo percorso formativo secondo le tue esigenze.

CHI PUO' PARTECIPARE

Tutti coloro che vogliono sviluppare le proprie potenzialità e risorse per ottenere un miglioramento dei risultati personali e professionali concreti.

OBIETTIVI

La consapevolezza delle proprie conoscenze, competenze e potenzialità è una risorsa strategica su cui far leva per raggiungere gli obiettivi prefissati. Il corso ti fornisce gli strumenti per individuare e potenziare i fattori che influiscono sulla tua capacità di ottenere risultati positivi ed ampliare le tue abilità grazie ad un approccio proattivo e responsabile.

CONTENUTI

- Assertività: conoscere il proprio profilo
- Gli strumenti dell'assertività
- Gestire le proprie emozioni
- Saper gestire lo stress

Il corso è composto da più moduli interattivi e ricchi di stimoli multimediali e simulazioni di situazioni di vita reale / professionale, per rendere immediata la comprensione e la memorizzazione delle tecniche proposte.

DURATA

Il corso ha una durata di 96 minuti.

ATTESTATO FINALE

Al completamento del percorso potrai scaricare direttamente dal portale un attestato di frequenza.

REQUISITI TECNICI

Per fruire del corso è necessario un pc che abbia le seguenti caratteristiche:

- CPU Pentium II 400 MHz
- Ram 32 Mbytes
- Scheda video SVGA 800x600
- Scheda audio 16 bit
- Amplificazione audio
- Web browser Internet Explorer o Firefox ultime versioni
Plug-in Shockwave Player, Flash Player, Java.

MODALITA' DI FRUIZIONE

Riceverai dal tutor del corso una e-mail con le credenziali per accedere al portale, entro 2 giorni lavorativi dall'iscrizione e dal pagamento della quota. Avrai 6 mesi di tempo per accedere e completare il corso.

COSTO

€ 160 (IVA compresa)

Il pagamento della quota di iscrizione può essere effettuato:

- **tramite bonifico** (gli estremi per il pagamento verranno comunicati tramite email)

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

- **Iscrizioni online:** cerca il corso su www.cescotmodena.com e compila il form di pre-iscrizione.

- **Iscrizioni Via e-mail:** inviando una e-mail alla segreteria Cescot Modena info@cescotmodena.com

L'iscrizione si considera completa con il pagamento della quota di partecipazione.

Cescot Modena Soc. Cons. a R.L.

Via V. Santi, 8 – 41123 Modena (MO)

Tel. 059/892643 – 059/892633

www.cescotmodena.com



UNI EN ISO
9001:2015