

TALENTI IN AZIONE

EMPOWER FLO

CORSI PROFESSIONALIZZANTI GRATUITI

PER DISOCCUPATI TRA 18 E 34 ANNI

**CRESCITA PERSONALE
E NETWORKING PROFESSIONALE**

**INDENNITÀ DI PARTECIPAZIONE
FINO A 250€**

OGNI CORSO È ABBINATO A LABORATORI PRATICI
PER ACQUISIRE COMPETENZE IN SETTORI STRATEGICI:
AGROALIMENTARE, TURISMO E RISTORAZIONE

RILASCIAMO
DICHIARAZIONE DI COMPETENZE (CORSI)
+
ATTESTATI DI FREQUENZA (LABORATORI)

12 PARTECIPANTI PER OGNI CORSO

SEDE DEI CORSI: FIRENZE

INFORMAZIONI: info@apab.it 055 488017



INTERAZIONI
ELEMENTARI

1. Corso di Panificazione Artigianale Sostenibile 180 ore

1.1 PRINCIPI DI MERCEOLOGIA, IGIENE DEGLI ALIMENTI E TECNICHE DI COTTURA E CONFEZIONAMENTO **1.2** PREPARAZIONE DEGLI IMPASTI, MODELLATURA DELLA PASTA LIEVITATA, STRUMENTI E MACCHINARI PER LA PANIFICAZIONE ARTIGIANALE SOSTENIBILE **1.3** SICUREZZA SUI LUOGHI DI LAVORO

Laboratori

LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA
SIMULAZIONE D'IMPRESA: RISTORANTE DIDATTICO

2 Corso di Pasticceria Artigianale Sostenibile 180 ore

2.1 PRINCIPI DI MERCEOLOGIA, IGIENE DEGLI ALIMENTI E TECNICHE DI COTTURA E CONFEZIONAMENTO **2.2** PREPARAZIONE DEGLI IMPASTI, MODELLATURA DELLA PASTA LIEVITATA, STRUMENTI E MACCHINARI PER LA PASTICCERIA ARTIGIANALE SOSTENIBILE **2.3** SICUREZZA SUI LUOGHI DI LAVORO

Laboratori

LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA
LABORATORIO PRATICO: I VALORI SUL LAVORO

3 Corso di Gestione Sostenibile del Bar 180 ore

3.1 SERVIZIO BAR **3.2** TECNICHE DI BARTENDING E MIXOLOGY VERDE **3.3** INGLESE TECNICO PER LA RISTORAZIONE

Laboratori

LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA
MINDFULNESS E BENESSERE EMOTIVO NEL LAVORO

4. Corso di Cucina Sostenibile 180 ore

4.1 CORSO DI CUCINA SOSTENIBILE: TECNICHE DI COTTURA E UTILIZZO DI PRODOTTI LOCALI **4.2** TECNICHE DI COTTURA E UTILIZZO DI PRODOTTI LOCALI **4.3** INGLESE TECNICO PER LA RISTORAZIONE

Laboratori

LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA
SIMULAZIONE D'IMPRESA: RISTORANTE DIDATTICO

5. Corso di Gestione di Sala 180 ore

5.1 TECNICHE DI PRESENTAZIONE DI PIATTI E BEVANDE **5.2** TECNICHE DI SALA E DI ACCOGLIENZA DEL CLIENTE **5.3** INGLESE TECNICO PER LA RISTORAZIONE

Laboratori

LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA
LABORATORIO TEATRALE

6. Corso di Potatura **130 ore**

6.1 TECNICHE DI POTATURA DELLA VITE **6.2** TECNICHE DI POTATURA DELL'OLIVO
6.3 SICUREZZA SUI LUOGHI DI LAVORO

Laboratori

LABORATORIO DI COMUNICAZIONE INTERPERSONALE E GESTIONE DEI CONFLITTI

7. Corso di Innovazioni Verdi nel Turismo **180 ore**

7.1 INNOVAZIONI VERDI NEL TURISMO **7.2** TURISMO SOSTENIBILE ED ESPERIENZIALE
7.3 INGLESE TECNICO PER IL SETTORE TURISTICO

Laboratori

BARCAMP: GESTIONE DEL GREEN DEAL EUROPEO

HACKATHON: PUBLIC SPEAKING E PRESENTAZIONI EFFICACI

8. Corso di Giardinaggio **130 ore**

8.1 ECNICHE DI LAVORAZIONE DEL TERRENO **8.1** TECNICHE DI LAVORAZIONE DEL TER-
RENO **8.3** SICUREZZA SUI LUOGHI DI LAVORO

Laboratori

AUTOCONSAPEVOLEZZA E CRESCITA PERSONALE CONTINUA

9. Corso di Agricoltura Biologica e Biodinamica **180 ore**

9.1 L'AGRICOLTURA BIOLOGICA: RIFERIMENTI, NORMATIVE E CERTIFICAZIONI **9.2** LA
GESTIONE DELL'AZIENDA BIOLOGICA: METODI DI PRODUZIONE **9.3** SICUREZZA SUI LUO-
GHI DI LAVORO

Laboratori

LABORATORIO DI COMUNICAZIONE INTERPERSONALE E GESTIONE DEI CONFLITTI

IMPRESA FORMATIVA SIMULATA: AUTOIMPREDITORIALITÀ

10. Corso di Alimentazione e Bevande per Alberghi **180 ore**

10.1 TECNICHE DI SERVIZIO AL TAVOLO **10.2** ELEMENTI DI COMUNICAZIONE CUSTOMER
SATISFICTION **10.3** INGLESE TECNICO PER LA RISTORAZIONE

Laboratori

LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA
SIMULAZIONE D'IMPRESA: RISTORANTE DIDATTICO

LABORATORI ASSOCIATI

A. SIMULAZIONE D'IMPRESA: RISTORANTE DIDATTICO

Progettazione del ristorante, organizzazione risorse umane, marketing e promozione, servizio clienti; valutazione delle prestazioni e piani di miglioramento

B. HACKATHON: LABORATORIO SULL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE E INNOVAZIONE TECNOLOGICA

Tecniche di innovazione e soluzioni innovative; applicazioni pratiche dell'IA nel settore della ristorazione; sviluppo software; impatti sociali ed etici

C. IMPRESA FORMATIVA SIMULATA: AUTOIMPREDITORIALITÀ

Ideazione e sviluppo di un'idea imprenditoriale; fattibilità e pianificazione aziendale; Finanziamento e gestione delle risorse; Marketing e promozione; Gestione del rischio.

D. LABORATORIO DEI FEEDBACK: MINDFULNESS E BENESSERE EMOTIVO NEL LAVORO

Tecniche di meditazione, Applicazioni lavorative, Gestione dello stress, Pratiche di autocura, Piani di azione.

E. ELEVATOR CAMP: LABORATORIO COMUNICAZIONE INTERPERSONALE E GESTIONE DEI CONFLITTI

Identificazione forze/debolezze, Riflessione sui valori, Gestione emozioni, Resilienza, Strategie benessere, Piani d'azione; assertività e diplomazia; comunicazione in situazioni difficili e stressanti; pratiche per costruire relazioni interpersonali positive.

F. LABORATORIO TEATRALE: "IL VIAGGIO DELL'EROE: CRESCERE NEL MITO"

Narrazione teatrale, Tecniche espressive, Creazione collettiva, Regia e organizzazione, Coinvolgimento della comunità, Valutazioni

G. LABORATORIO DEI FEEDBACK: AUTOCONSAPEVOLEZZA E CRESCITA PERSONALE CONTINUA

Valori personali e obiettivi di vita; Tecniche di gestione dell'emozione e del cambiamento; Sviluppo della resilienza e dell'ottimismo; Strategie per la gestione dello stress e del benessere emotivo; Piani di azione personalizzati e auto-valutazione.

H. HACKATHON: PUBLIC SPEAKING E PRESENTAZIONI EFFICACI

Comunicazione efficace, Strutturazione presentazioni, Tecniche narrative, Gestione ansia, Supporti visivi, Feedback, Simulazioni

I. BARCAMP: GESTIONE DEL GREEN DEAL EUROPEO

Green Deal Europeo, Politiche ambientali, Tecnologie green, Economia circolare, Energie rinnovabili, Impatti sociali, Pianificazione.

L. BARCAMP: I VALORI SUL LAVORO

Identificazione valori, Applicazioni lavorative, Conflitti valutari, Integrazione quotidiana, Valutazioni

INFORMAZIONI: info@apab.it 055 488017



COMUNE DI
FIRENZE



INTERAZIONI
ELEMENTARI