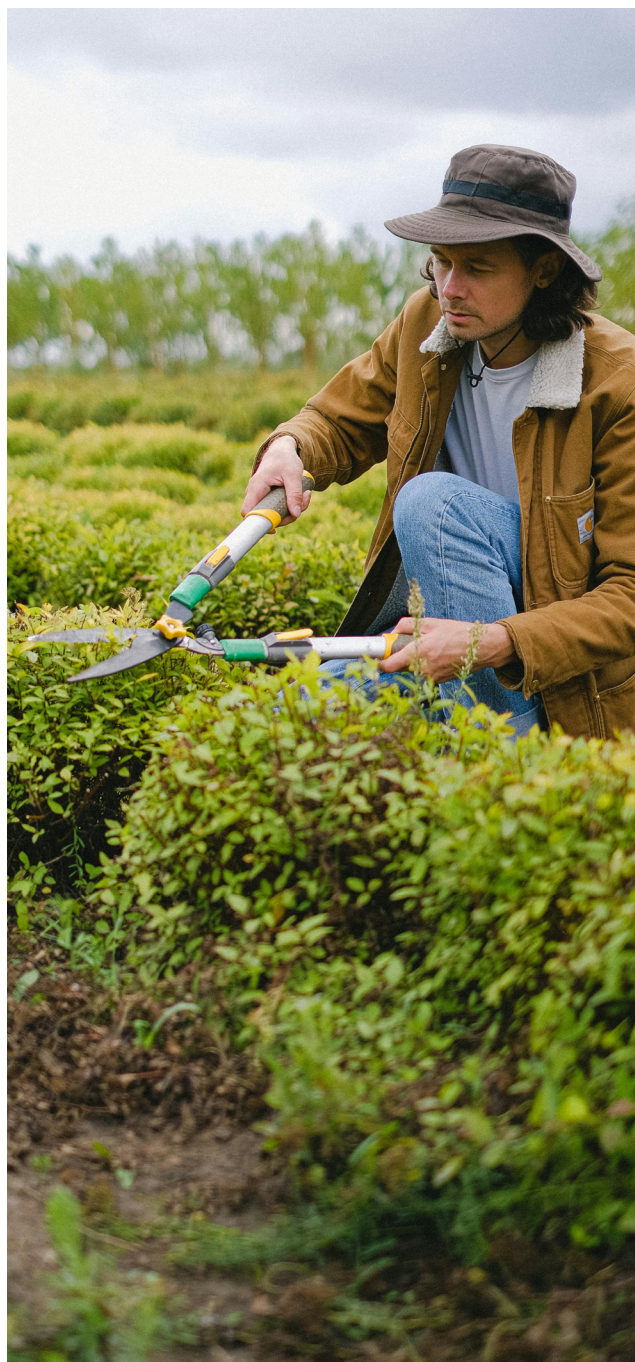


CORSO DI GIARDINAGGIO E CRESCITA PERSONALE

GRATUITO Totale ore: 130



GIARDINAGGIO (80 ore)

Aula: 24 ore — Laboratorio: 56 ore

- Dichiarazione di apprendimento rilasciata
- Lavorazioni del terreno nelle aree a verde

CRESCITA PERSONALE (50 ore)

Laboratorio pratico ed esercitazioni

100% attività

Per chi?

18–34 anni • Disoccupati/Inattivi

Se Cittadini stranieri con BI e permesso valido

Perché partecipare?

- Corso 100% gratuito — finanziato dalla Regione Toscana
- Indennità fino a €250

Il partecipante riceve 3,50€/h di lezione

(fino a 425€ se segue sia il laboratorio che il corso al 70%)

- Rimborso trasporti per viaggi >30km, buoni pasto per lezioni >6h
- Materiale incluso
- Orientamento personalizzato
- Certificazione Finale

Dove?

APAB — Istituto di Formazione, Via Venezia 18, 50121 Firenze

CORSO DI GIARDINAGGIO E CRESCITA PERSONALE

GRATUITO Totale ore: 130

MODULO 1 — GIARDINAGGIO (80 ore)

Aula: 24 ore — Laboratorio: 56 ore

Dichiarazione di apprendimento rilasciata - Lavorazioni del terreno nelle aree a verde

8.1 Tecniche di lavorazione del terreno (32 ore)

- Semina del prato, piantagione di arbusti e alberi
- Lavorazioni di preparazione e mantenimento di aiuole, bordure e giardini
- Tecniche sostenibili a basso impatto ambientale
- Gestione del rischio e sicurezza (D. Lgs. 81/2008)

8.2 Strumenti e Attrezzature (32 ore)

- Uso e manutenzione di: motosega, decespugliatore, tagliaerba, soffiatore, atomizzatore
- Tecnologie moderne e macchine agricole
- Prevenzione, DPI e norme di sicurezza UNI-EN

8.3 Sicurezza sui Luoghi di Lavoro (16 ore)

- Normativa D. Lgs. 81/2008
- Uso corretto delle attrezzature e dispositivi di protezione
- Norme comportamentali e salvaguardia ambientale

MODULO 2 — CRESCITA PERSONALE (50 ore)

Laboratorio pratico ed esercitazioni — 100% attività

- Introduzione all'autoconsapevolezza (4 ore)
- Valori personali e obiettivi di vita (10 ore)
- Gestione dell'emozione e del cambiamento (10 ore)
- Sviluppo della resilienza e ottimismo (8 ore)
- Gestione dello stress e benessere emotivo (6 ore)
- Piani d'azione personalizzati e auto-valutazione (4 ore)
- Rilascio di Attestato di Frequenza

ISCRIZIONI APERTE — POSTI LIMITATI!

Per info e iscrizioni: Telefono 055 488017 - Whatsapp 375 6190743 - Email info@apab.it