

Cursos Gratuïts! Formació Transversal

Per a treballadors en RÈGIM GENERAL i AUTÒNOMS...
(sense cap cost per a l'empresa ni pel treballador!)

✓ Mindfulness



Adreçat a:

- Aquest curs va adreçat a totes aquelles persones i professionals que vulguin millorar la gestió de l'estrès, l'efectivitat en el treball, l'adaptació als canvis, la gestió del temps, la comunicació i el rendiment laboral.

Programa:

- Consciència Emocional. Aprendre a relaxar-se i a deixar anar.
- Actuar en comptes de reaccionar Aprendre a gestionar el conflicte.
- L'estrès i la gestió del temps.
- Aprendre a optimitzar la presa de decisions.

Durada: 30 h.

Inici: 19/01/18

Horari: Divendres 15:30 a 18:00 h.

*Es reservarà plaça per ordre de rebuda de tota la documentació * i fins el total de places destinades a cada acció formativa.*

*** Documentació:**

- *Annex 1. Sol·licitud de participació en una acció formativa (Doc. Adjunt) Emplenar en boli blau.*
- *Fotocòpia del DNI.*
- *Fotocòpia de l'encapçalament de la Nòmina o rebut d'Autònom del mes anterior a l'inici del curs.*



Annex 1. Sol·licitud de participació en una acció formativa¹

Nom de l'entitat sol·licitant **CENTRE INTERNACIONAL DE FORMACIÓ EMPRESARIAL I TECNOLÒGICA** Núm. d'expedient **PT20170022**

Denominació de l'acció formativa **MINDFULNESS** Núm. de l'acció formativa **26.1**

Dades del treballador/a participant

Cognoms i nom		NIF	
Data de naixement	Sexe	NASS	Discapacitat <input type="checkbox"/> Sí ² <input type="checkbox"/> No
Adreça		Codi Postal	Població
Comarca		Telèfon	Telèfon mòbil
Correu electrònic			
Interès a participar a l'acció formativa			

Formació acadèmica

Estudis

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Sense titulació | <input type="checkbox"/> Títol de tècnic/a Superior / FP grau superior / Cert. de Prof.* Nivell 3 |
| <input type="checkbox"/> Títol de graduat ESO / graduat escolar | <input type="checkbox"/> Estudis universitaris de 1r Cicle (diplomatura-grau) |
| <input type="checkbox"/> Títol de batxillerat | <input type="checkbox"/> Estudis universitaris de 2n Cicle (llicenciatura-màster) |
| <input type="checkbox"/> Títol de FP bàsica / Cert. de Prof.* Nivell 1 | <input type="checkbox"/> Altra titulació. <i>Especificar:</i> |
| <input type="checkbox"/> Títol de tècnic/a / FP grau mitjà / Cert. de Prof.* Nivell 2 | |
- *Cert. de Prof.: *Certificat de Professionalitat*

Àrea funcional (només ocupats/ades)

- Direcció
 Administració
 Comercial
 Manteniment
 Producció

Categoria (només ocupats/ades)

- Directiu/iva
 Comandament intermedi
 Tècnic/a
 Treballador/a qualificat/ada
 Treballador/a de baixa qualificació³

Col·lectiu

- Ocupat/ada. Consigneu-hi codi⁴ Desocupat/ada Situació de cuidador/a no professional (CPN)

Entitat o empresa on treballeu actualment (només ocupats/ades)

Empresa amb més de 250 treballadors/ores Sí No

Raó social

Sector

Conveni de referència

CIF

Núm. d'inscripció a la Seguretat Social

Nre. de treballadors

Adreça del centre de treball

Codi Postal

Població

Comarca

Signatura del/de la treballador/a

Lloc i data:

Protecció de dades: als efectes previstos a l'article 5 de la Llei orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de protecció de dades de caràcter personal, i el seu Reglament de desplegament, aprovat pel Reial decret 1720/2007, de 21 de desembre, s'informa a la persona interessada que les dades personals consignades en aquest document s'incorporaran al fitxer automatitzat del Consorci per a la Formació Contínua de Catalunya, "Contractes programa i Convenis per a la Formació Contínua", amb la finalitat de gestionar i tractar les dades corresponents. Així mateix, podeu exercir els drets d'accés, rectificació, cancel·lació i oposició d'aquestes dades personals, en els termes previstos a la legislació vigent, mitjançant comunicació escrita, presentada a Administració i Serveis Generals del Consorci per a la Formació Contínua de Catalunya, carrer Llull, 297-307, 08019 Barcelona.

1. Als efectes del que disposa la Llei orgànica 15/1999, de 13 de desembre, de protecció de dades de caràcter personal i altra normativa de desplegament, s'autoritza al Consorci per a la Formació Contínua de Catalunya perquè utilitzi les dades personals contingudes en aquest document, i el seu tractament informàtic, per a la gestió de la sol·licitud, als efectes de seguiment, control i avaluació de la formació rebuda. Es obligatori facilitar les dades d'aquest qüestionari per poder participar en les accions formatives sol·licitades.

2. Autoritzo al Consorci per a la Formació Contínua de Catalunya a verificar el grau de discapacitat mitjançant el certificat que el Departament d'Acció Social i Ciutadania emet a través de l'aplicació informàtica PICA.

3. Treballadors/ores inclosos/es en els grups de cotització de la Seguretat Social: 6, 7, 9 i 10, o nivell d'estudis igual o inferior a ESO per a treballadors/ores desocupats/ades.

4. Consigneu-ne el codi d'acord amb la relació següent:

RG Règim general	EH Treballadors/ores de la llar
FD Fixos discontinus en períodes de no-ocupació	DF Treballadors/ores que accedeixen a l'atur durant el període formatiu
RE Regulació d'ocupació en períodes de no-ocupació	RLE Treballadors/ores amb relacions laborals de caràcter especial (regulades per l'article 2 de l'Estatut dels treballadors)
AGP Règim especial agrari per compte pròpia	CESS Treballadors/ores amb conveni especial amb la Seguretat Social
AGA Règim especial agrari per compte d'altri	AP Administració pública
AU Règim especial d'autònoms	FDI Treballadors/ores a temps parcial de caràcter indefinit (amb feina discontinua) i en els períodes de no-ocupació
TM Treballadors/ores inclosos/es al règim especial del mar	
CP Mutualistes de Col·legis Professionals no inclosos com autònoms	



Declaro que he estat informat per part de l'entitat de que el curs per al qual sol·licito la inscripció forma part dels programes de formació professional per a l'ocupació adreçats prioritàriament a persones treballadores ocupades, subvencionats pel Consorci per a la Formació de Catalunya.

Signatura del/de la treballador/a

Lloc i data: