



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# SR FORMAZIONE Corsi GOL

## SEDE CORSI:

- Via Varese 25/G Saronno 21047 (Sede Principale)
- + Altre Sedi Temporanee

## CERTIFICAZIONE RILASCIATA:

- Attestato di Frequenza al raggiungimento del 70% delle ore di Presenza;
- Attestato di Abilità e delle Conoscenze previo superamento dell'esame finale.

I corsi sono validi per i Cluster 1-2-3-4

I corsi si svolgeranno al raggiungimento  
del numero minimo di partecipanti : 6



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corsi GOL

1. DIGITALE
2. LINGUA INGLESE
3. WEDDING PLANNER
4. OPERATORE D'UFFICIO
5. MAKE UP
6. OPERATORE FITNESS
7. OPERATORE LOGISTICO
8. LINGUA ITALIANA
9. PAGHE E CONTRIBUTI
10. NAILS ART
11. TAGLIO E CUCITO
12. SOCIAL MEDIA MANAGER
13. ORGANIZZAZIONE DI EVENTI
14. RICERCA ATTIVA DEL LAVORO
15. CORSO SAB (Somministrazione Alimenti e Bevande)



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Digitale

Livelli.

BASE:

- Storia del computer
- Componenti Hardware del Computer
- Sistemi Operativi – Navigazione Web – Ricerca Online
- Navigazione sicura – Gestione Password
- E-mail, chat e messaggistica
- Videoconferenze
- Uso del Pacchetto Office – Gestione attività
- Sicurezza Informatica
- Risoluzione Problemi Base

INTERMEDIO:

- Comunicazione Digitale
- Approfondimento Utilizzo Pacchetto Office e Google Workspace
- Navigazione efficace
- Digital Marketing e Social Media
- Gestione dei Dati e Privacy
- Sviluppo di Competenze Digitali
- Creatività Digitale
- Collaborazione Online



S.R.  
FORMAZIONE

DURATA 40 ORE



# Corso GOL di Lingua Inglese

## Livelli:

### A1

- Introduzione alla fonologia e lessico di base
- Costruzione di frasi semplice e interazioni verbali
- Presentazione e speaking di sé stessi
- Elementi culturali e sociali dei paesi anglofoni

### A2

- Approfondimento e sintassi di base
- Interazioni verbali in contesti familiari e professionali
- Scrittura di testi semplice per situazioni quotidiane
- Conversazioni formali e informali su argomenti comuni
- Riflessioni su atteggiamenti inerculturali

### B1

- Strutture linguistiche complesse e microlingua professionale
- Strategie di comunicazione interculturale
- Comprensione e analisi di testi medio complessi
- Uso del lessico specifico in diverse situazioni sociali
- Discussione e redazione di testi dettagliati e coerenti

DURATA 40 ORE





Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Wedding Planner

Argomenti:

- Panoramica del Ruolo del Wedding Planner
- Psicologia del Matrimonio
- Gestione dello stress Pre-Matrimonio
- Comunicazione efficace con i client
- Progettazione e stilismo
- Pianificazione e Organizzazione
- Coordinamento e Risoluzione delle problematiche del giorno del matrimonio
- Marketing e branding per Wedding Planner
- Aspetti Legali e contrattuali
- Cultura e Tradizioni Matrimoniali
- Tecnologie nel Wedding Planner

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Operatore d'Ufficio

Argomenti:

- Ruolo dell'Operatore d'Ufficio
- Gestione Documentale e Archiviazione
- Comunicazione Aziendale
- Utilizzo di Software di produttività
- Gestione Efficace della Posta Elettronica
- Organizzazione del Lavoro e Gestione del tempo
- Assistenza ai Clienti e Reception
- Salute e Sicurezza sul Lavoro
- Collaborazione e Lavoro di Squadra

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Make Up

Argomenti:

- Introduzione al Make-Up Art
- Igiene e Cura degli Strumenti
- La Pelle e la sua Preparazione
- Pulizia e Idratazione
- Fondotinta e Correttori
- Contouring e Highlighting (obreggiatura e illuminazione)
- Sopracciglia e Occhi (eyeliner, mascara...)
- Labbra (anatomia e tecniche di correzione)
- Blush e Finiture
- Make-Up per Occasioni Speciali

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Operatore Fitness

Argomenti:

- Fondamenti del Fitness
- Anatomia Base e Fisiologia Muscolare
- Principi di Allenamento e Adattamento Fisico
- Nutrizione e Dietetica
- Pianificazione dei Pasti per l'Allenamento
- Biomeccanica e Kinesiologia
- Tecniche di Allenamento Cardiovascolare
- Tecniche di Allenamento di Forza
- Allenamento Funzionale e a Corpo Libero
- Stretching e Mobilità
- Psicologia del Fitness e Motivazione
- Gestione Clienti e Coaching

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Operatore Logistico

Argomenti:

- Il processo logistico, definizioni e parole chiave
- Il magazzino nel sistema azienda Le tipologie di magazzino
- I flussi di magazzino
- Le unità di Carico
- Stoccaggio e deposito del materiale
- Procedure di carico e scarico delle merci
- I mezzi per la movimentazione e lo stoccaggio interno
- Documenti di ingresso ed uscita, stoccaggio e prelievo merci
- Modalità di controllo dei documenti di trasporto DDT
- Disposizione e legatura delle merci nei contenitori o pallet
- La gestione delle scorte
- L'evasione dell'ordine e la struttura distributiva
- Il picking
- L'inventario fisico periodico
- Utilizzo di soluzioni smart e wearable devices per le operazioni in magazzino
- Robot collaborativi per l'handling automatico
- Robot e droni per gli inventari in tempo reale
- I vantaggi del magazzino automatico



S.R.  
FORMAZIONE

DURATA 40 ORE



# Corso GOL di Lingua Italiana

## Livelli:

### A1

- Introduzione alla fonologia e lessico di base
- Costruzione di frasi semplice e interazioni verbali
- Presentazione e speaking di sé stessi
- Elementi culturali e sociali dei paesi anglofoni

### A2

- Approfondimento e sintassi di base
- Interazioni verbali in contesti familiari e professionali
- Scrittura di testi semplice per situazioni quotidiane
- Conversazioni formali e informali su argomenti comuni
- Riflessioni su atteggiamenti inerculturali

### B1

- Strutture linguistiche complesse e microlingua professionale
- Strategie di comunicazione interculturale
- Comprensione e analisi di testi medio complessi
- Uso del lessico specifico in diverse situazioni sociali
- Discussione e redazione di testi dettagliati e coerenti

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Paghe e Contributi

Argomenti:

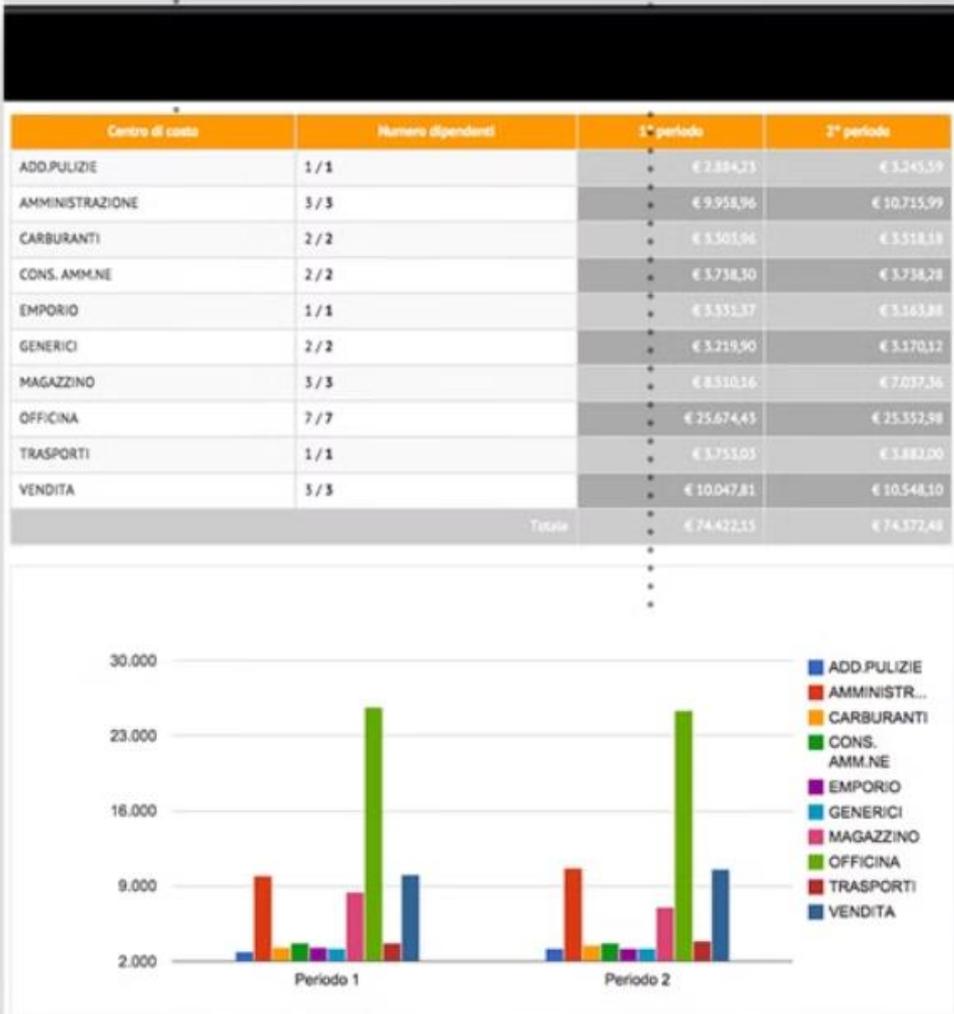
- Elaborazione delle Buste Paga
- Calcolo dei Contributi Fiscali, Previdenziali e Assicurativi
- Gestione degli Adempimenti Amministrativi e Contributivi
- Normativa del Lavoro e Contrattualistica
- Utilizzo dei Principali Software di Gestione Paghe

DURATA 40 ORE



Risultato  
con  
raggruppamento  
scelto

Il Grafico  
per un controllo  
immediato



• Esporta in Excel

• Stampa il dettaglio

• Controlla a video



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



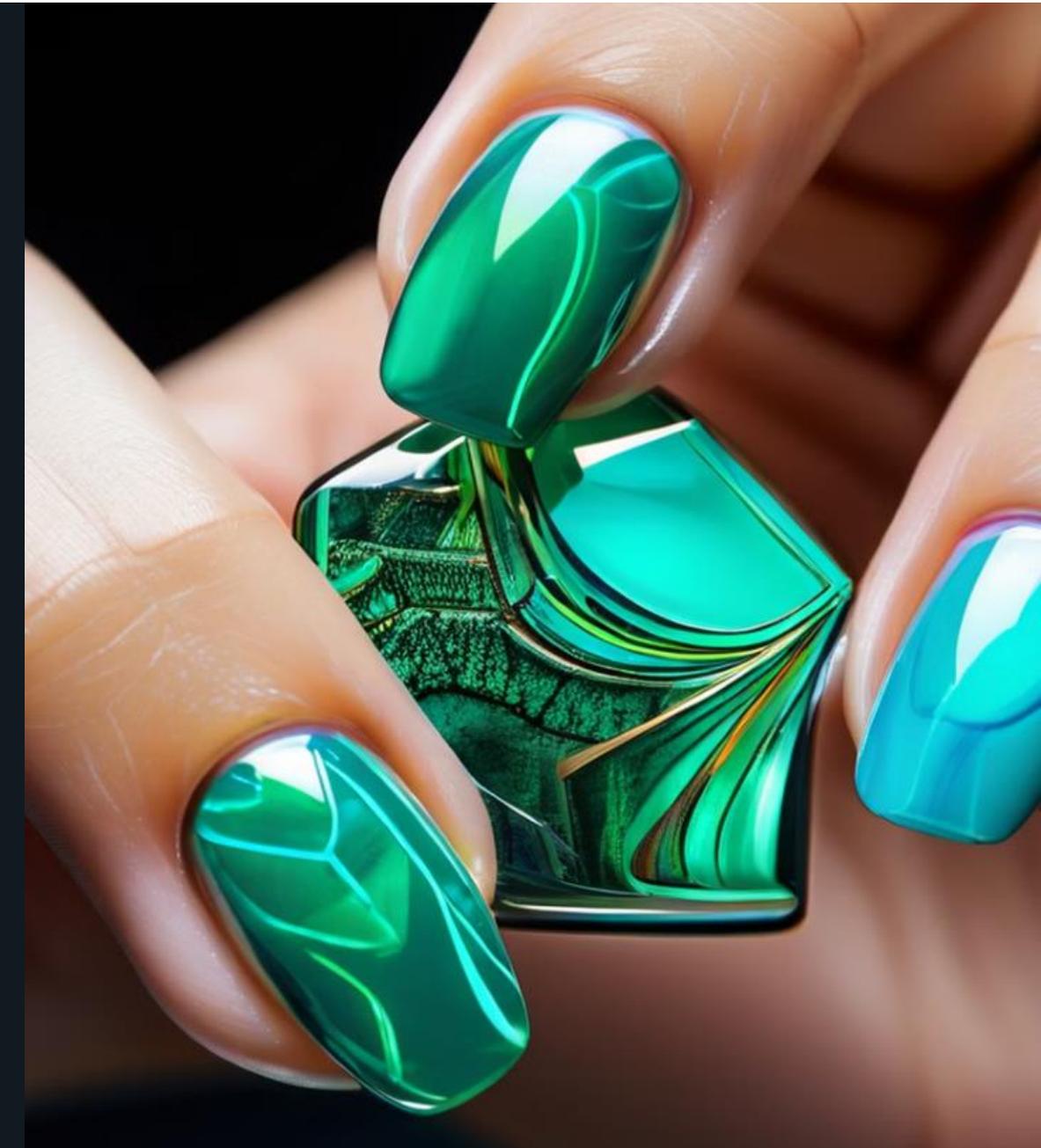
Regione  
Lombardia



# Corso GOL Nails Art

Argomenti:

- Introduzione al Rifacimento Unghie
- Strumenti e Materiali Essenziali
- Anatomia dell'Unghia
- Norme igieniche e Sicurezza nel Lavoro
- Preparazione delle Unghie
- Base Coat e Smalti
- Tecniche di Decorazione Base
- Introduzione alle Unghie Artificiali
- Pratica sulle Unghie Artificiali
- Nail Art Base



S.R.  
FORMAZIONE

DURATA 40 ORE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Taglio e Cucito

Argomenti:

- Introduzione a Tessuti e alle Loro Caratteristiche
- Utilizzo di Strumenti Essenziali
- Disegno e Modellismo di Base
- Taglio del Tessuto
- Cuciture a Mano
- Cuciture a Macchina
- Creazione di un Progetto Semplice
- Personalizzazione del Progetto
- Introduzione alle Modifiche e Riparazioni

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



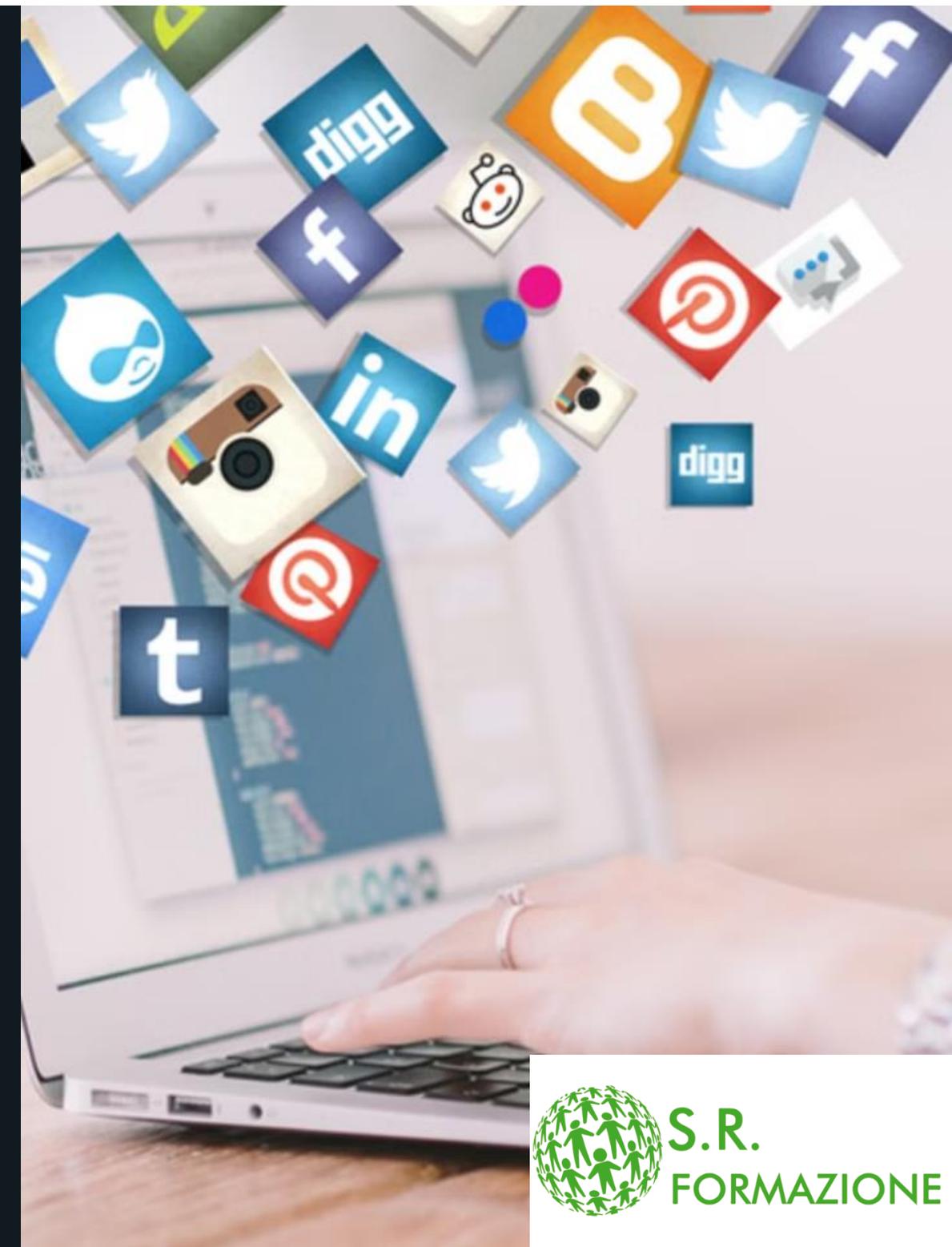
Regione  
Lombardia



# Corso GOL Social Media Manager

Argomenti:

- Basi di Marketing e Psicologia Sociale
- Social Media Strategy (Analisi - Strategia - Linguaggio Efficace - Copywriting)
- Strategie Editoriali
- Viral Marketing
- Uso di Social Media (Instagram, Facebook, Tik Tok, LinkedIn)
- Gestione Avanzata dei Social Network
- Web e Graphic Design (PhotoShop, Canva...)



S.R.  
FORMAZIONE

DURATA 40 ORE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Organizzazione di Eventi

Argomenti:

- Ruolo e Responsabilità di un Organizzatore di Eventi
- Pianificazione e Conceptualizzazione
- Gestione del Budget
- Location e Logistica
- Marketing e Promozione
- Food and Beverage
- Intrattenimento e Atmosfera
- Tecnologie e Innovazione negli Eventi
- Gestione degli Ospiti
- Analisi e Feedback

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL Ricerca Attiva del Lavoro

Argomenti:

- Introduzione alla Ricerca Attiva del Lavoro
- Definizione degli Obiettivi Professionali
- Strumenti per la Ricerca del Lavoro
- Redazione Ottimale del CV
- Lettera di Presentazione
- Tecniche di Colloquio
- Simulazione di Colloquio
- Strategie di Negoziazione
- Sviluppo Professionale Continuo
- Imprenditorialità e Autompiego
- Bilancio delle Competenze

DURATA 40 ORE



S.R.  
FORMAZIONE



Finanziato  
dall'Unione europea  
NextGenerationEU



ANPAL  
Agenzia Nazionale Politiche Attive del Lavoro



Regione  
Lombardia



# Corso GOL SAB (somministrazione alimenti e bevande)

Argomenti:

- Introduzione al Settore Alimentare e delle Bevande
- Sicurezza Alimentare e HCCP
- Gestione degli Alimenti
- Gestione delle Bevande
- Marketing e Comunicazione
- Amministrazione e Gestione del Personale
- Aspetti Legali e Fiscali
- Design e Layout del Locale
- Tecnologie e Innovazione nel Settore Ristorativo

DURATA 40 ORE

