

PROGRAMA TALLERES JUNIO 2015

- ✓ **MARTES 02 JUNIO** → Título "Como emprender un negocio por menos de 100€"
HORARIO: 10:30h 12:30 GRATIS. Se impartirá gracias a la intervención de Yago Uribe experto en Negocios Online (Reservar cuanto antes, aforo limitado)

RESUMEN PROGRAMA:

- Aprender a hacer rentable la herramienta que tenemos a nuestro favor que es internet, ya que podemos hacer estudios a bajo costo.
- Como lanzar una idea de negocio, sin ni si quiera tener el negocio ni el producto
- Como montar un negocio con lo que te cuesta un café al día.

OBJETIVO DEL CURSO:

Dar a conocer las herramientas tecnológicas que permiten generar y automatizar negocios con un coste realmente bajo.

- ✓ **MARTES 09 JUNIO** → Taller "¿Estresado? Claves para desestresarte comiendo rico y sano". El estrés de hoy en día lo trasladamos a nuestros hábitos alimenticios y eso nos repercute en nuestro rendimiento, gracias a **Estela Jareño** de **Vida.es** especialista en Nutrición para el emprendedor podemos remediar esto y recuperar nuestra calidad de vida.
HORARIO: 12:30 A 14h. GRATIS. (Reservar cuanto antes, aforo limitado).

RESUMEN PROGRAMA:

HABLAREMOS DE...

1. Que es el estrés y como afecta la nutrición
2. Estrategias nutricionales para prevenir el estrés
3. Test de Micronutrientes y de neurotransmisores
4. Recetas ricas y sanas para evitar el estrés

OBJETIVO DEL CURSO:

Conocer las claves fundamentales para llevar unas pautas de alimentación saludable, así se puede conseguir un control hormonal que nos permitirá mantener a raya el estrés y evitar problemas como la ansiedad y el picoteo constante...



- ✓ **MARTES 16 JUNIO** → Título "Autónomo o S.L, motivos de decisión"
HORARIO: 10:30h 12:30 GRATIS. Gracias a la colaboración de Enrique Arboleya que está especializado en temas fiscales y las subvenciones del año 2015 (Reservar cuanto antes, aforo limitado)

RESUMEN PROGRAMA:

- Ventajas de cada opción
- Nuevos cambios en las políticas económicas del gobierno
- Valoración de los motivos para darse de alta y obligaciones que asumir

OBJETIVO DEL CURSO:

Despejar las dudas posibles para tomar la decisión correcta entre ser autónomo o crear una S.L. Descubrir toda la información de las últimas ventajas fiscales como subvenciones del 2.015 etc.

- ✓ **MARTES 23 JUNIO** → Título "Como conseguir la independencia financiera"
HORARIO: 10:30h 12:00 GRATIS. Lo impartirá Coral Prous experta en educación financiera (Reservar cuanto antes, aforo limitado) .

RESUMEN PROGRAMA:

- Situación actual de nuestro sistema de pensiones
- El vacío que se va a producir en nuestra jubilación
- Como cubrir ese vacío

OBJETIVO DEL CURSO:

Aprender a manejar nuestra economía financiera con aprendiendo a educarnos en este campo.