ORMAZIONE PER AZIENDE, ASSOCIAZIONI, ENTI PUBBLICI E PRIVATI / COD: STRECO

AUTOAIUTO PER STRESS DA LAVORO CORRELATO.

Tecniche di riequilibrio energetico per i lavoratori (D.LGS 81/08).

Per buona parte della giornata viviamo nel nostro ambiente di lavoro, dove entriamo in risonanza con comportamenti mentali, emotivi e posturali che a volte possono essere troppo stressanti e mettere a dura prova il nostro equilibrio psicofisico. Al di là del rispetto delle normative in materia di salute e sicurezza in azienda, l'attivazione della consapevolezza personale e l'utilizzo di alcune particolari strategie e tecniche di prevenzione e autoprotezione, acquisibili in questo corso, possono promuovere nella persona un nuovo atteggiamento interiore, emozioni e pensieri benefici e produttivi, contribuendo a creare un ambiente migliore per tutti. Questo workshop è finalizzato all'acquisizione degli elementi di base di benessere sul luogo di lavoro e di un pacchetto ad hoc di Tecniche Olistiche antiche e moderne, semplici e funzionali, volte al riequilibrio energetico ed emozionale, con le quali creare il personale kit di autoaiuto da utilizzare ogni giorno. Questo workshop può essere il punto di partenza di un emozionante viaggio di risveglio della consapevolezza interiore, trasformando il luogo di lavoro in un laboratorio di crescita personale, oltre che professionale. Un luogo dove tornare volentieri ogni giorno.

Il corso si rivolge a:
Tutti i lavoratori, per acquisire competenze trasversali per il benessere sul lavoro e per la crescita personale. Integrazione dei corsi di formazione obbligatoria per la sicurezza sul luogo di lavoro (D.Lgs 81/08).

Durata Percorso:
Workshop intensivo di 4 ore, anche Sabato o Domenica. (9:00 -13:00 oppure 14.00-18:00).

Obiettivi formativi specifici:
Imparare a utilizzare quanto appreso in materia di salute e sicurezza sul lavoro (D.Lgs. 81/ 08).
Imparare come utilizzare le pause regolamentari per coltivare il proprio capitale energetico.
Imparare a promuovere il proprio benessere e quello dell'ambiente di lavoro.
Aumentare la propria consapevolezza e centratura interiore.

Area di intervento:
Competenze e Adempimenti Normativi (D.Lgs. 81/08).
Competenze Tecniche Specialistiche.
Competenze Trasversali e Crescita Personale.
Organizzazione Risorse Umane e Team Building.

Finalità del piano formativo:
Formazione in ingresso.
Mantenimento/aggiornamento competenze.
Sviluppo della Competitività Settoriale.

Docente: Bruno Banone / Consulente di Comunicazione, Formatore, Counselor Olistico.
Docente Tecnico del Benessere in Counseling Olistico / R.D. ASI DBN-DOS n° 14.99.
Docente Tecnico del Benessere in Tai Ji Quan e Qi Gong / R.D. ASI DBN-DOS n° 14.108.
Maestro 5° Dan in Tai Ji Quan e Qi Gong / R.D. ANIDRA U.P. n° 001/2010.
Registri ai sensi della Legge 4/2013.

Attestati e Crediti Formativi: Attestato di Frequenza (4 ore) valido come integrazione del monte ore dei percorsi di formazione e aggiornamento per Operatore del Benessere di ogni orientamento ANIDRA U.P. (CNUPI) e ACSD ELEFANTE BIANCO / Officine Olistiche, Scuola di Formazione accreditata ASI DBN-DOS (L.4/2013).

Partecipanti: minimo 4 / massimo 20
Location: Presso la sede della vostra Azienda o Associazione o altra sede compatibile da concordare.

Contributo di partecipazione: Formazione di 4 ore Euro 60 a partecipante.

Richiedi un incontro valutativo gratuito: bruno.banone@norbunoneba.com / www.norbunoneba.com