FORMAZIONE PER COMPETENZE TRASVERSALI / COD: KEECAL

KEEP KALM.

Tecniche di autoaiuto per la centratura e riequilibrio energetico.

Ogni giorno entriamo in risonanza con comportamenti mentali, emotivi e posturali che possono mettere sotto stress il nostro equilibrio psicofisico. Per ritrovare la calma non occorre diventare maestri di qualche disciplina orientale. Può essere sufficiente applicare le tecniche brevi apprese in questo workshop, prendendo una pausa di 15 minuti ogni 2 ore. Sembra poco, ma sono un'ora al giorno, cinque ore a settimana, 210 ore l'anno: è un capitale prezioso che può essere reinvestito per una efficace crescita personale. Questo workshop è finalizzato all'acquisizione di un pacchetto ad hoc di Tecniche Olistiche antiche e moderne, semplici e funzionali, volte al riequilibrio energetico ed emozionale, per creare il personale kit di autoaiuto da utilizzare ogni giorno. trasformando le occasioni di stress in un laboratorio di crescita personale, dove coltivare la calma e la centratura interiore.

……

Il corso si rivolge a:
Coloro che desiderano acquisire competenze trasversali per la crescita personale.
Operatori del Sociale e del Benessere Olistico, per formazione o aggiornamento.

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

Obiettivi formativi specifici:
Acquisire semplici ed efficaci tecniche di autoaiuto per la centratura e il riequilibrio energetico.
Imparare come coltivare il proprio capitale energetico utilizzando piccoli spazi della quotidianità.
Imparare a promuovere il proprio benessere e quello dell'ambiente in cui si vive.
Aumentare la propria consapevolezza e centratura interiore.

Area di intervento:
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.
Docente: Massimo Guastini / Docente di Comunicazione / Insegnante di Yoga
Registri ai sensi della L.egge 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 50 a partecipante.

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