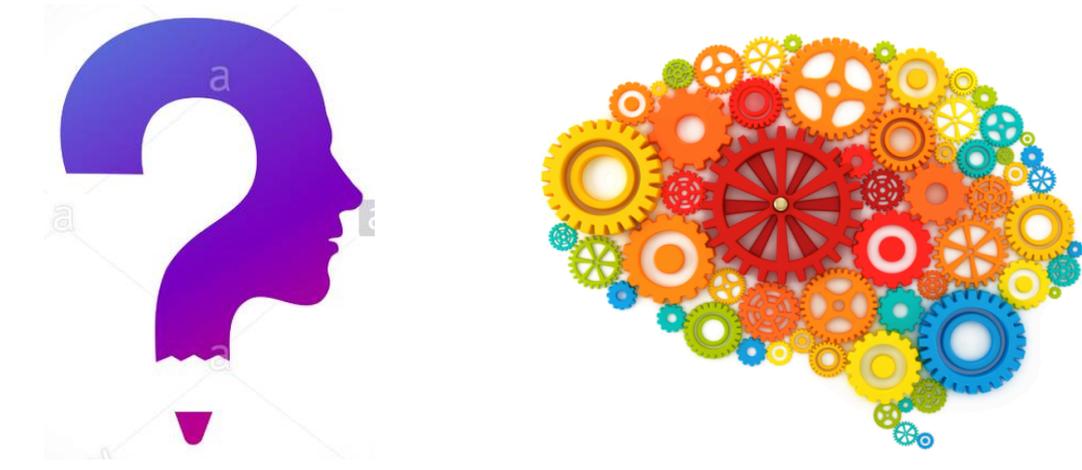


n°	5
<b>Titolo</b>	<b>Accendi il cervello per percepire il rischio</b>
Sottotitolo	Educazione interattiva di miglioramento della percezione del rischio attraverso la gestione dello stato emotivo e del corpo.
Trainer	Tenuto da On s.r.l. - Elena Dominici (Trainer del respiro consapevole, Counselor, Coach approccio strategico).
Foto	
Attività	<p>Le neuroscienze ci raccontano che le aree del nostro cervello si colorano quando sono attivi i canali legati alla creatività e diventano grigie quando sono spente ed attiviamo una chimica della negatività.</p> <p>Quante volte abbiamo sentito la frase “Abbiamo sempre fatto così!”, “Tanto non cambierà mai niente!”, oppure una serie di lamentele?</p> <p>Tante... e sappiamo molto bene che queste frasi in tema di sicurezza sono molto pericolose!</p> <p>Queste frasi colorano di grigio le aree del nostro cervello e lo rendono meno pronto a rispondere ad eventuali pericoli o rischi o a gestire lo stress.</p> <p>Il workshop proposto è suddiviso in due parti, una teorica introduttiva e l'altra pratica/esperienziale con esercizi.</p> <p>L'introduzione approccia la "Scienza della Felicità" ed illustra i vantaggi della "Chimica Positiva", con particolare focus al tema della Salute e Sicurezza dei lavoratori sui luoghi di lavoro.</p> <p>La parte pratica contempla alcuni allenamenti per dire “STOP alla LAMENTELA “ e un processo di problem solving e di chimica positiva che ci permette di gestire meglio lo stress, affrontare i tempi quotidiani, creare relazioni costruttive con i colleghi, collaboratori.</p> <p>Gli esercizi avranno carattere molto interattivo ed esperienziale, affinché i partecipanti si portino a casa uno strumento da utilizzare sia nell'ambiente lavorativo che personale.</p> <p>La Felicità è una competenza, e come tutte le skills si può allenare attivando i recettori che abbassano lo stress e ci aiutano a performare meglio.</p> <p>Per passare dalla modalità Reactive alla modalità Responsive del nostro cervello e come diceva Lao Tze. "Ogni viaggio parte con il più piccolo passo".</p>
<b>Dove</b>	<b>SALA xxx</b>
Quando	Ore: 10:00 - 11:00 - 12:00 - 14:00 – 15:00 – 16:00