

MINDFULNESS & BUSINESS

“Ognuno di noi è soggetto ad agenti stressanti. E' come reagiamo ad essi che fa la differenza”

OBIETTIVI E PROGRAMMA

Sei un business leader che vuole migliorare la propria influenza ed efficacia?

Sei un professionista che deve abitualmente gestire molteplici elementi stressanti e deve comunque produrre risultati altamente performanti?

Vuoi coltivare un senso di felicità che si estenda al tuo lavoro?

Sei invitato a sperimentare il programma “Mindfulness & Business”, ispirato al corso per leader nato in Google, che fornisce strumenti pratici, basati sulla scienza, per migliorare la propria risposta allo stress e l'abilità a collaborare efficacemente coi propri colleghi.

Il programma, della durata di quattro settimane, guida i partecipanti a raggiungere maggiore focalizzazione, chiarezza e capacità di prendere decisioni, resilienza, una comunicazione più efficace, creatività, pensiero innovativo e wellbeing.

I partecipanti impareranno a:

- **Migliorare le abilità comunicative e la collaborazione**
- **Sviluppare una leadership autentica**
- **Aumentare creatività ed innovazione**
- **Ridurre lo stress e sperimentare un maggior wellbeing generale**

DURATA E DATE

Il programma prevede 4 sessioni altamente interattive di due ore e mezza ciascuna.

L'appuntamento è le seguenti date: **11-18-25 novembre e 02 dicembre 2016** dalle ore **15,00 alle 17,30**.

SEDE

Federmanager Bologna, Via Bombicci 1 Bologna

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

La quota di partecipazione alle 4 giornate è di **€ 150** (Iva inclusa) a persona. La quota deve essere versata, contestualmente all'atto di iscrizione, ai seguenti estremi:

BANCA FINECO IT 61 C 03015 03200 000003122522

Nella causale è necessario indicare: CORSO MINDFULNESS - NOME E COGNOME DEL PARTECIPANTE.

ISCRIZIONI

Per l'iscrizione è necessario compilare in ogni parte il modulo di iscrizione e inviarlo, unitamente a copia di avvenuto pagamento, all'indirizzo segreteria@federmanagerbo.it, entro e non oltre il **28/10/2016**.

Nell'eventualità non sia raggiunto il numero minimo di partecipanti per far partire il corso, le quote di iscrizione saranno interamente restituite ai partecipanti.