



FIRENZE
venerdì
10•11•17
sabato
11•11•17



GRAND HOTEL CAVOUR • Via del Proconsolo 3, Firenze

Immersive Workshop

IL POTERE DELLE ABITUDINI

La buona notizia è che non rappresentano un destino inevitabile

“Secondo gli scienziati, le abitudini si formano perché il cervello è sempre alla ricerca di modi per risparmiare energia. Se venisse lasciato ai propri meccanismi, il cervello cercherebbe di trasformare ogni routine in abitudine, perché le abitudini permettono alla nostra mente di ridurre gli sforzi.”

Quando si forma un'abitudine il cervello non partecipa più al processo decisionale, come quando ci laviamo i denti o ci allacciamo le scarpe. In pratica, la mente entra in modalità pilota automatico.

Anche gran parte delle scelte quotidiane, che sembrano frutto di ragionamento, è in realtà condizionata da automatismi che spesso non riconosciamo. Questo processo è un'arma a doppio taglio, perché le nostre abitudini possono essere anche negative.

Saperle identificare e sostituire con altre per noi più produttive diventa quindi fondamentale e rappresenta uno strumento di crescita in tutti gli ambiti della nostra vita.

DI CHE COSA PARLEREMO

- Processo di costruzione di un'abitudine
- Abitudini chiave e abitudine al successo
- Come si cambiano le abitudini
- Percezione della realtà e delle relazioni

OBIETTIVI

Fornire spunti di riflessione su:

- come è possibile riconsiderare il nostro sistema di abitudini consolidate, nella vita personale e professionale
- come sviluppare la capacità di identificare vie d'uscita che mettono in sicurezza le nostre buone abitudini, modificano le cattive e ne creano di nuove.

COME

Lo faremo in maniera diversa attraverso un workshop residenziale che ci permetterà di approfondire il tema in maniera “immersiva”, condividendo con un coach esperto e con gli altri partecipanti formazione, sperimentazione e networking.

Per assicurarne l'efficacia il workshop è a numero chiuso (20 partecipanti) e si consiglia di indossare abbigliamento e scarpe comode!

A CHI SI RIVOLGE

A tutti gli operatori del settore MICE e a chi intende approfondire la conoscenza di sé e aumentare la consapevolezza delle proprie soft skills per una crescita personale e professionale.

PROGRAMMA

venerdì 10 novembre

- | | |
|---------------|---------------------------------|
| 16.00 - 19.00 | Workshop - parte I |
| 20.00 | Networking a cena |
| 21.30 - 23.00 | Continuiamo a capirne di più... |

sabato 11 novembre

- | | |
|-------------|---------------------|
| 09.00-12.30 | Workshop - parte II |
|-------------|---------------------|

COACH

Marco Marchegiani - facilitatore e trainer d'improvvisazione teatrale, 16Lab Experiential Training



Immersive Workshop - IL POTERE DELLE ABITUDINI

Seminario a cura del **Learning Center Federcongressi&eventi**

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Soci Federcongressi&eventi: € 180,00 + IVA
Non soci: € 250,00 + IVA

La quota di iscrizione include:

- partecipazione a tutte le attività previste dal programma
- cena presso il ristorante dell'hotel la sera di venerdì, 10 novembre

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

E' possibile iscriversi entro il **3 novembre 2017** cliccando **qui**.

Al momento dell'iscrizione si prega di allegare copia dell'avvenuto bonifico.

Il seminario è a numero chiuso: 20 partecipanti.

CANCELLAZIONI E RINUNCE

Eventuali cancellazioni dovranno essere comunicate alla Segreteria Federcongressi&eventi entro e non oltre il **30 ottobre 2017**. Entro tale data è prevista la restituzione dell'importo versato al netto di Euro 50,00 che verranno trattenuti per spese amministrative. Dopo il **30 ottobre 2017** non sarà possibile effettuare alcun rimborso.

FATTURE E RIMBORSI

Le fatture saranno inviate dalla Segreteria Amministrativa al termine dell'evento. Eventuali rimborsi delle quote di partecipazione saranno effettuati esclusivamente dopo la chiusura dell'evento. Le spese bancarie saranno a carico del destinatario.

PRENOTAZIONE ALBERGHIERA

Grand Hotel Cavour****

€ 145,00 - camera doppia in formula B&B

€ 120,00 - camera DUS in formula B&B

Modalità di prenotazione:

- tramite il sito (<http://www.albergocavour.it/>), gli ospiti potranno inserire le date ed il numero di persone per camera; utilizzando il codice promozionale 'FEDCON17' avranno accesso alle tariffe promozionali.

- inviando una mail a: info@albergocavour.it, specificando **EVENTO FEDERCONGRESSI&EVENTI**.

Modalità di pagamento: al momento della prenotazione con carta di credito.

Policy cancellazione: non rimborsabili.

Sarà possibile prenotare le camere ai prezzi promozionali sopra indicati fino al **30 settembre 2017**. Dopo questa data le richieste verranno evase in base alla disponibilità e al miglior prezzo disponibile al momento della richiesta.

Ricordiamo che le tariffe non includono la tassa di soggiorno di € 4,50 per persona per notte.

Si ringrazia



Con il supporto di:



Per informazioni

Alessia Tosti - Segreteria Federcongressi&eventi

Tel. 06.89.71.48.05 • eventi@federcongressi.it • www.federcongressi.it