

Evento formativo riconosciuto da AssoCounseling valido ai fini dell'aggiornamento permanente. Scheda sintetica:

Titolo dell'evento	One Minute Meditation®
Tipologia	Seminario <input type="button" value="▼"/>
Ente erogante	Pratiche Sistemiche, Counseling e Costellazioni
Monte ore totale	8
Modalità di erogazione	Presenza
Sede di svolgimento	Sede: Fondazione Elice - via Quarenghi 40, Milano
Piattaforma FAD	
Date e orari di svolgimento	domenica 25 maggio 2025 - dalle 9.00 alle 17.30
Costo	€ 200 + IVA
Responsabile didattico	Pierpaolo Dutto
Formatore	Carla Caravella Coach, Counselor & formatrice
Metodologia didattica	Mista <input type="button" value="▼"/>
Documentazione rilasciata	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati i crediti assegnati e gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Contatti	Email info@pratichesistemiche.it
	Tel. 349 8395945
	Web www.pratichesistemiche.it

<p>Programma</p>	<p>One Minute Meditation® è una tecnica innovativa e registrata che combina pratiche di meditazione e mindfulness per ridurre lo stress, migliorare il focus e aumentare l'autoefficacia. Ideale per contesti lavorativi,</p> <p>OMM permette di gestire le pressioni quotidiane attraverso sessioni brevi e mirate, favorendo una maggiore presenza mentale e una migliore qualità decisionale.</p> <p>Integrata nel percorso formativo, questa tecnica offre strumenti pratici per sviluppare intelligenza emotiva e benessere organizzativo, contribuendo a creare un clima aziendale più equilibrato e produttivo.</p> <p>Formatore</p> <p>Carla Caravella è una coach professionista socia AICP con oltre 20 anni di esperienza con ruoli di coordinamento e direzione nel settore socio-sanitario e del terzo settore. Utilizza la ricerca, le best practice e la tecnologia per creare percorsi formativi e di coaching personalizzati, integrando metodologie avanzate e approcci esperienziali.</p> <p>Specializzata in apprendimento collaborativo e sviluppo organizzativo, Carla è un'Educatrice di mindfulness e Coach OMM-One Minute Meditation® per promuovere il benessere e ridurre lo stress.</p> <p>In Fondazione Elice, è responsabile del Centro Studi e Ricerca IOSI®, sviluppando modelli operativi e formativi Interdisciplinari, Olistici, Sistemici, Integrati. La sua esperienza in coaching sistemico-relazionale e le competenze in Instructional design le permettono di affrontare le sfide organizzative con strumenti pratici e innovativi.</p>
<p>Varie</p>	<p>Sconti per ex-studenti di Pratiche Sistemiche.</p>
<p>Crediti assegnati da AssoCounseling</p>	<p>8</p> <p>Ore valide ai fini del percorso di crescita personale</p>

Disclaimer: i dati qui riportati sono stati comunicati dall'ente erogante sotto la propria responsabilità. L'ente si è impegnato a comunicare tempestivamente ogni variazione ai dati forniti, anche in ordine a eventuali errori e/o omissioni. Tutti gli eventi formativi riconosciuti da AssoCounseling sono presenti sul sito web istituzionale <https://www.assocounseling.it>