



## Educational Center FOR MOTHER EARTH®

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*  
[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it)



## I laboratori For Mother Earth® per la crescita personale 2012

### **“L’Alfabeto delle Emozioni”** a Bastia Umbra, in Umbria, a due passi da Assisi

Questa offerta formativa è rivolta a tutti quegli adulti che vogliono sviluppare la propria Intelligenza Emotiva, la capacità di vivere la vita con ottimismo e alcune abilità di vita, come quella di risolvere i problemi.

Nelle pagine che seguono trovi i Laboratori che ti consentono di avviare il processo di sviluppo di quel complesso di abilità che va sotto il nome di **Intelligenza Emotiva**.

**La caratteristica di questa Formazione è che essa procede per Laboratori esperienziali**, conclusi in sé, che approfondiscono via via i vari aspetti dell’Intelligenza Emotiva e quanto ad essa connesso, attraverso **esercizi e tecniche che sperimenterai in prima persona**.

In genere questi Laboratori, **che si svolgono presso l’Educational Center FOR MOTHER EARTH® a Bastia Umbra (PG)**, hanno la durata di 8 ore circa ciascuno (a meno che non ci sia una segnalazione diversa accanto al titolo del Laboratorio).

#### **Perché la formula dei “Laboratori”?**

Il Laboratorio ha una caratteristica che lo distingue dalle altre attività formative: è focalizzato principalmente sull’apprendimento attraverso l’esperienza personale diretta e questo fa la differenza rispetto alla modificazione di comportamenti inefficaci o dannosi e alla messa in atto di comportamenti capaci di produrre risultati più desiderabili.

**La neuroscienza ci dice, infatti, che il semplice apprendimento di informazioni intellettuali non è sufficiente perché ci sia un cambiamento nei comportamenti: dobbiamo applicare ciò che impariamo per creare un’esperienza diversa.**

I Laboratori sono adatti a chi vuole andare in profondità, a chi ha l’esigenza di lavorare su di sé in modo determinato.

**Nel mese successivo alla conclusione di ciascun Laboratorio, potrai usufruire di 2 consulenze gratuite relativamente alla messa in atto dei temi trattati.**



#### **La formula del Laboratorio + le Consulenze consente ad ogni iscritto**

- di sperimentare e apprendere una molteplicità di esercizi per la propria crescita;
- di essere supervisionato nel proprio apprendimento;
- di confrontarsi individualmente con la docente sulle proprie esperienze.





## PROGRAMMA

### 1. L'alfabeto delle emozioni: Laboratorio per sviluppare la Consapevolezza Emotiva di base.

#### o Programma

- Test di autovalutazione sull'Intelligenza Emotiva
- Emozioni e Intelligenza Emotiva
- Consapevolezza emotiva: riconoscimento, espressione e contestualizzazione delle emozioni
- Elementi di base della Comunicazione intrapersonale
- Esercizi per lo sviluppo della consapevolezza emotiva di base



**PER LE DATE DEL LABORATORIO VEDI**

<http://www.intelligenzaemotiva.it/Calendario.asp>

## GLI ALTRI LABORATORI

2. **Pensieri, Emozioni, Comportamenti:** Laboratorio per riconoscere e gestire il rapporto tra il pensiero, l'emozione, il comportamento e per guidare il proprio cambiamento.
3. **Il dialogo interiore:** Laboratorio per la gestione dei propri pensieri in funzione di comportamenti sani, efficaci, emotivamente intelligenti.
4. **Le Intelligenze percettive:** Laboratorio per imparare cosa sono e come svilupparle in funzione di relazioni efficaci ed emotivamente intelligenti.
5. **Io e gli altri:** Laboratorio per sviluppare empatia, flessibilità, rispetto di sé e degli altri, autostima ...
6. **Ottimistica-Mente:** Laboratorio per sviluppare l'ottimismo come forma di pensiero e visione della vita. (16 ore)
7. **Intelligenza emotiva e problem solving:** Laboratorio per imparare come prendere decisioni e risolvere i "problemi" con intelligenza emotiva.
8. **Le ferite affettive:** Laboratorio sulle 12 necessità di base per lo sviluppo sano di ogni essere umano. (16ore)
9. **Essere una buona relazione:** Laboratorio per vivere le relazioni in modo sano, positivo ed emotivamente intelligente. (16 ore)
10. **La mia Mission – ovvero – Perché sono qua? E quale è il mio scopo?:** Laboratorio per Ricordare, Ri-conoscere, Scoprire, Scegliere il senso della propria vita. (16 ore)



## Educational Center FOR MOTHER EARTH®

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*  
[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it)

### INFO LABORATORI

- o **Docente:** dott.ssa Carmela Lo Presti [www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it)
- o **Numero massimo di iscritti:** 6
- o **Numero ore:** generalmente 8 con 6 iscritti, se non è segnalato diversamente.  
Con un numero inferiore di iscritti sono necessarie meno ore, in quanto saranno necessarie meno supervisioni individuali. In base al numero degli iscritti, sarà comunicato l'effettivo monte ore, non inferiore comunque a 4.
- o **Organizzazione del monte ore:**
  - dalle ore 9,30 alle ore 19,00 con un piccolo coffee-break e pausa pranzo – Per regolarizzare le iscrizioni presentarsi in Sede alle ore 9,00
- o **Consulenza post Laboratorio:** nel mese successivo alla conclusione di ciascun Laboratorio, **potrai usufruire di 2 consulenze gratuite**, relativamente alla messa in atto dei temi trattati. La consulenza avviene o via mail o via telefonica su fisso o su Skype.
- o **Materiale didattico:** Per ogni Laboratorio, incluso nella Quota di investimento, avrai disponibile un mio QUADERNO PER LA FORMAZIONE, che contiene sia gli esercizi che verranno sperimentati ed eseguiti durante il laboratorio, rimanendo come traccia del tuo percorso individuale, sia le parti teoriche relative all'argomento specifico trattato. In occasione del Laboratorio potrai acquistare a prezzo scontato L'ALFABETO DELLE EMOZIONI, Edizione la meridiana, € 30,00 (prezzo di copertina € 35,00) e SVILUPPA LA TUA INTELLIGENZA EMOTIVA, Edizione Verdechiaro € 17,00 (prezzo di copertina € 20,00).
- o **Frequenza**
  - C'è la possibilità di seguire solo il primo dei Laboratori.
  - I primi 4 Laboratori sono propedeutici a tutti gli altri e vanno fatti nell'ordine dato, se si sceglie di frequentarli. Dopo i primi 4 Laboratori propedeutici, si può scegliere di seguire tutti i rimanenti o solo uno o solo alcuni, a scelta.
  - Si può interrompere il Percorso quando lo si ritiene opportuno.
  - I Laboratori possono essere seguiti **anche individualmente**, concordando con la docente il Calendario.
  - **Coloro che dopo il primo – L'ALFABETO DELLE EMOZIONI – vorranno seguire i Laboratori successivi concorderanno il Calendario con la Docente.**
- o **Quota di investimento** comprensiva del materiale didattico e del break, esclusi i pasti e l'alloggio, IVA esclusa ai sensi art. 1, co 96-117 della legge 244/2007:
  - **Vedi Modulo di Iscrizione, più avanti**
  - Per un percorso individuale con i Laboratori che ti interessano, fermi restando i primi quattro, chiedi il preventivo.
- o **Sede di svolgimento dei Laboratori:**
  - **Educational Center FOR MOTHER EARTH®**, presso **Studio Carmela Lo Presti**, Via Dante Alighieri, n. 21, 06083 Bastia Umbra (PG), Tel. 075/800.19.06, Cell. 320.82.111.71
  - **Mappa:** <http://www.for-mother-earth.it/contatti.php>
- o **Calendario delle diverse Edizioni del Laboratorio:** vedi <http://www.intelligenzaemotiva.it/Calendario.asp>

**FAI RICHIESTA DI PRE-ISCRIZIONE A** [carmela@intelligenzaemotiva.it](mailto:carmela@intelligenzaemotiva.it)

**NON APPENA RICEVI CONFERMA, SPEDISCI**

il **Modulo di Iscrizione** (più avanti), compilato in ogni sua parte e la Copia del bonifico effettuato in formato pdf o immagine a [carmelalopresti@intelligenzaemotiva.it](mailto:carmelalopresti@intelligenzaemotiva.it) o via fax al n. 1782 208063  
**(cortesemente 1 FAX PER OGNI SINGOLA PAGINA – diversamente non sono leggibili)**



## Educational Center FOR MOTHER EARTH®

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*  
[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it)

### MODULO DI ISCRIZIONE

#### "L'Alfabeto delle Emozioni"

#### Bastia Umbra (PG)

Io sottoscritta/o (cognome e nome) \_\_\_\_\_ nata/o a \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ il \_\_\_\_\_ residente in (Via/Piazza/Corso) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ n.ro \_\_\_\_\_ c.a.p. \_\_\_\_\_  
Città \_\_\_\_\_ Tel. (obbligatorio) \_\_\_\_\_ cell. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ e-mail (obbligatorio) \_\_\_\_\_ Skype \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Codice fiscale \_\_\_\_\_ Titolo di studio \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ Professione \_\_\_\_\_

#### CHIEDO DI ESSERE ISCRITTA/O

- Al 1° Laboratorio  del (indica la data del Corso in Calendario da te scelta) \_\_\_\_\_
- Sono disponibile a svolgere il Laboratorio del (indica la data del Corso in Calendario da te scelta) \_\_\_\_\_  
anche individualmente  SI'  NO
- Sono interessato/a a svolgere il Laboratorio soltanto individualmente

Mi impegno a versare l'intera Quota anche in caso di ritiro per qualsiasi motivo (sia prima dell'inizio Percorso che a Percorso iniziato), secondo le modalità indicate, IVA esclusa ai sensi art. 1, co 96-117 della legge 244/2007:

- € 150,00 (€ 200,00 con meno di 6 iscritti): contestualmente all'iscrizione

tramite **BONIFICO intestato a** Studio Lo Presti Carmela FOR MOTHER EARTH  
CODICE IBAN:IT44 L076010300000076063064

#### Dichiaro di accettare inoltre che:

- in caso di ritiro (sia prima dell'inizio PERCORSO, sia a PERCORSO iniziato) la somma versata non mi verrà restituita sotto nessuna forma;
- in caso di mia inadempienza, si procederà per vie legali alla riscossione di quanto dovuto e le spese processuali mi saranno addebitate;
- la Fattura mi verrà inviata per posta elettronica ad accredito avvenuto;
- sono tenuto/tenuta ad inviare copia della ricevuta del versamento effettuato, in pdf o in immagine per posta elettronica, o per fax.

Ho preso visione del trattamento dei dati: <http://www.intelligenzaemotiva.it/privacy.htm>

Autorizzo la mia iscrizione alla News Letter del sito [www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it)  SI'  NO

**Per accettazione: FIRMA AUTOGRAFA (leggibile)**

#### Data



## Educational Center FOR MOTHER EARTH®

*"Quale tipo di essere umano voglio che prenda forma attraverso il mio intervento educativo?"*  
[www.intelligenzaemotiva.it](http://www.intelligenzaemotiva.it)

### ALTRE INFO

PER IL PERNOTTAMENTO (non incluso nella Quota Corso)

#### Strutture raggiungibili anche a piedi dalla Stazione Ferroviaria di Bastia Umbra

**Monastero Benedettine S. Anna – Foresteria Monastica** – Piazza Umberto I, n. 25 – 06083 Bastia Umbra – Tel. 075-800.11.51 – fax 80.10.970 – A piedi dista circa 10 minuti dalla Stazione ferroviaria e circa 20 dal luogo di svolgimento del Corso.

Camere da 2 o 6 letti con servizi interni

Disponibilità di cucina attrezzata e sala mensa

Chiedere di Suor Cecilia.

**Hotel Le Muse**, Via Roma 91 Bastia Umbra, [www.hotellemuse.com](http://www.hotellemuse.com) . Dista circa 5 minuti dalla sede di svolgimento del Corso e circa 20 dalla stazione ferroviaria

**Agriturismo Il Morino**, Bastia Umbra [www.ilmorino.com/italiano.htm](http://www.ilmorino.com/italiano.htm) . A piedi dista circa 25 minuti dal luogo di svolgimento del Corso e circa 25 dalla Stazione ferroviaria.

#### Raggiungibili con mezzo proprio

**Bed & Breakfast Laura**, Via Madonna di Campagna, Bastia Umbra. – info e prezzi [www.bblaura.it](http://www.bblaura.it)

**Hotel La Pace**, [www.agricamping.it/Agriturismo/AB.nsf/Struttura/IT-HB-AC-200007?OpenDocument](http://www.agricamping.it/Agriturismo/AB.nsf/Struttura/IT-HB-AC-200007?OpenDocument) . Offre servizio biciclette.

**Relais di Campagna**, Via Bronte 13, Bastia Umbra, [www.ospitalitalia.it/motore\\_scheda.php?nr=81473](http://www.ospitalitalia.it/motore_scheda.php?nr=81473)

**Hotel Campiglione**, Via Campiglione 11, Bastia Umbra [www.hotel-campiglione.it](http://www.hotel-campiglione.it)

**Lo Spedalicchio**, Piazza Bruno Buozzi, 3, Bastia Umbra,

<http://www.travelitalyhotel.com/modules/hotel/regione/Umbria/Perugia/Bastia%20Umbra/0.html>

#### Altri alberghi puoi trovarli a questo indirizzo

[http://www.bellaumbria.net/Bastia\\_Umbra/alberghi\\_Bastia\\_Umbra.htm](http://www.bellaumbria.net/Bastia_Umbra/alberghi_Bastia_Umbra.htm)

### COME SI ARRIVA

#### In treno:

<http://www.umbria.org/ita/turismo/arrivare/treno.asp>

<http://www.comune.bastia.pg.it/HOME/HOME.ASPX>

**Servizio TAXI - 24 ore su 24**

Chiamare: 349.3590279 - 347.3236404

#### In auto:

[http://www.umbriatravel.com/Bastia\\_Umbra/it/Come\\_arrivare\\_a\\_Bastia\\_Umbra.htm](http://www.umbriatravel.com/Bastia_Umbra/it/Come_arrivare_a_Bastia_Umbra.htm)

<http://www.umbria.org/ita/turismo/arrivare/auto.asp>

#### In aereo:

<http://www.umbria.org/ita/turismo/arrivare/aereo.asp>

<http://www.airport.umbria.it/aeroporto/nazionale.htm>

Tel. Aeroporto: + 39 75 592141

Collegato esclusivamente con **taxi** (KM. 10 da **Bastia Umbra**).

#### Mappa

[http://maps.google.it/maps?f=s&utm\\_campaign=it&utm\\_source=it-ha-emea-it-google-gm&utm\\_medium=ha&utm\\_term=umbria](http://maps.google.it/maps?f=s&utm_campaign=it&utm_source=it-ha-emea-it-google-gm&utm_medium=ha&utm_term=umbria)