

TECNICHE DI MEMORIZZAZIONE RAPIDA

Dal 18 settembre - dalle 9.00 alle ore 13.00

CORSO ON-LINE

Obiettivi:

Obiettivo del corso è l'acquisizione di strategie volte ad ottimizzare il Tempo, una delle dimensioni imprescindibilmente più preziose ed evanescenti della vita quotidiana: migliorare le proprie capacità mnemoniche e conoscere i meccanismi della memoria per imparare a ricordare, mantenere attiva la propria mente per conservare e richiamare informazioni ed esperienze acquisite. La finalità è Lavorare Efficace-Mente: affrontare, con efficacia ed efficienza, le sfide quotidiane, restando al passo con i tempi in un mondo in continua evoluzione.

Destinatari: Personale aziendale

Contenuti:

- I meccanismi della Memoria: un universo meraviglioso!
- Il processo di memorizzazione: caratteristiche, criticità e sfaccettature.
- Strumenti di base: schemi, mappe mentali e mappe concettuali.
- Esercitazioni individuali e di gruppo.
- Memoria visiva, auditiva ed emotiva: imparare a ricordare.
- Associazione mnemonica e strategie di apprendimento rapido.
- Tecniche di visualizzazione e di concentrazione per lavorare efficace-mente.
- Esercizi pratici per migliorare gradualmente la propria abilità mnemonica.

Docente: Dott.ssa Emanuela Zanoni

Sede: Piattaforma CONFAPI BRESCIA

Calendario: 8 ore

- 18 settembre 2024, dalle 9.00 alle ore 13.00

- 25 settembre 2024, dalle 9.00 alle ore 13.00

Costo:

Tariffa Socio Confapi Brescia

€190,00 + IVA(22%)

Tariffa Non socio Confapi Brescia

€240,00 + IVA(22%)

Corso valido anche ai fini dell'assolvimento dell'obbligo formativo delle 24 ore previsto da CCNL METALMECCANICI

Per ricevere la modulistica necessaria a completare la procedura d'iscrizione compilare e inviare la

"SCHEDA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE" entro il 06/09 p.v.

SCHEDA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE

da compilare e inviare via email a formazione@confapibrescia.it

AZIENDA _____

NOME E COGNOME _____

Tel. _____ Email _____