



# PROPOSTE DI FORMAZIONE AZIENDALE

Sono **Sara Vinale**, formatrice aziendale di salute e sicurezza sul lavoro, di comunicazione e coach professionista dell'innovazione e del cambiamento. Dal 2020 opero nel territorio Veneto per la formazione in ambito aziendale per il benessere delle persone all'interno del posto di lavoro in quanto é risaputo che il benessere dei lavoratori incrementa la rendita produttiva, ed il senso di appartenenza degli stessi porta alla fidelizzazione degli stessi con il contenimento dei costi.

Dopo la laurea in Economia Aziendale e Management delle Imprese ed il Master in Salute e Sicurezza sul Lavoro presso l'Università Cá Foscari di Venezia, ho ampliato le mie conoscenze e le mie competenze cercando di portare nelle mie formazioni un approccio olistico che vada a coinvolgere le leve emozionali e della consapevolezza delle persone, coordinandomi anche con altri professionisti, consapevole che sia l'approccio piú efficace ed efficiente per apportare miglioramenti alla cultura del benessere e della sicurezza nei luoghi di lavoro.

Di seguito le mie proposte di formazione suddivise in base alla competenza.

**SALUTE E SICUREZZA E STRESS**

**COMUNICAZIONE**

**SEVIZIO DI COACHING**

**CONTATTI:**

 340.2446692

 saravinale@gmail.com

 [www.saravinale.it](http://www.saravinale.it)



## SALUTE E SICUREZZA E STRESS

### • L'ERRORE COME STRUMENTO MIGLIORATIVO

La criticità dell'errore come fonte di miglioramento continuo attraverso la gestione del giudizio.

**OBIETTIVO:** Avvicinarsi alla gestione dell'errore come strumento migliorativo lasciando andare la tendenza al giudizio, al fine di migliorare le relazioni interne e il clima aziendale.

**ADATTO A:**

- Realtà che hanno bisogno di migliorare la gestione nella comunicazione dell'errore
- Manager che hanno bisogno di migliorare l'approccio nel comunicare l'errore

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

(Si consiglia di aver fatto già qualche corso di comunicazione)

### • STRESS LAVORO CORRELATO

La gestione dello stress, cause, conseguenze e gestione.

**OBIETTIVO:** Aiutare le persone ad entrare in consapevolezza di sé attraverso un'analisi personale per auto-aiutarsi nella gestione dello stress lavoro correlato.

**ADATTO A:**

- Tutti

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

### • STRESS EMOTIVO E RILASSAMENTO VIBRAZIONALE

Analisi della gestione dello stress da un punto di vista olistico attraverso la consapevolezza del proprio respiro, del proprio corpo, delle proprie percezioni emozionali e della gestione delle energie.

**OBIETTIVO:** Aiutare le persone ad entrare in consapevolezza di sé attraverso un'analisi personale per auto-aiutarsi nella gestione dello stress.

**ADATTO A:**

- Tutte le realtà

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

**Questo corso e' in collaborazione con l'operatrice olistica e cantante Meghi Moschino per la parte di rilassamento vibrazionale.**

### • STRESS DELLA COLONNA VERTEBRALE E CRESCITA PERSONALE

La nostra spina dorsale e' il centro del nostro corpo fisico ma anche mentale.

Indagheremo le 3 zone (lombare, dorsale, cervicale) sia dal punto di vista fisico che emotivo.

**OBIETTIVO:** Attraverso esercizi fisici abbinati alla crescita personale per la gestione dell'emozione, le persone entrano maggiormente in consapevolezza delle proprie potenzialità.

**ADATTO A:**

- Tutti

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

**Questo corso e' in collaborazione con il centro olistico "Il Risveglio" con l'operatrice posturale Lara Biondo che si occupa della parte fisica.**



## COMUNICAZIONE

### • COMUNICAZIONE ED EDUCAZIONE BASE

I concetti base della comunicazione e come aiutarsi con l'autoeducazione.

**OBIETTIVO:** Corso di comunicazione sui fondamenti della comunicazione.

**ADATTO A:**

- Tutti

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

### • COMUNICAZIONE ED EDUCAZIONE AVANZATO

Convinzioni, credenze e abitudini limitanti e potenzianti.

**OBIETTIVO:** Corso approfondito di comunicazione per la gestione delle convinzioni e delle abitudini, aiuta a comprendere come riconoscere le convinzioni e le abitudini limitanti e guardare alle potenzianti.

**ADATTO A:**

- Tutti

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

*(Si consiglia di aver fatto già qualche corso di comunicazione)*

### • L'ENERGIA DELLE PAROLE

Il valore energetico delle parole, la gestione degli stati d'animo che condizionano i comportamenti.

**OBIETTIVO:** Comprendere come le parole, ma anche i silenzi, se usati in modo saggio, aiutano la comunicazione e il fluire dell'organizzazione.

**ADATTO A:**

- Tutti

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

**Questo corso e' in collaborazione con l'educatore professionale dott. Daniele Manco.**

### • EDUCAZIONE AL RUOLO E ALLA LEADERSHIP

La corretta comprensione del proprio ruolo e delle responsabilità collegate attraverso un'analisi educativa e di consapevolezza.

**OBIETTIVO:** Entrare in consapevolezza del proprio ruolo e di quello altrui per il rispetto della gerarchia e la presa di responsabilità

**ADATTO A:**

- Tutti

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

**Questo corso e' in collaborazione con l'educatore professionale dott. Daniele Manco.**

### • TEATRO DELL'OPPRESSO APPLICATO

Gestione comunicativa nei diversi scenari.

**OBIETTIVO:** Corso di comunicazione per la gestione dei conflitti attraverso le tecniche del teatro dell'oppresso.

**ADATTO A:** adatto a tutti, anche per un corso di salute e sicurezza specifico o aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.

*Può essere scelto come corso di salute e sicurezza in aggiornamento, per lavoratori, rspp, dirigenti, preposti, rls.*

**Questo corso e' in collaborazione con l'assistente sociale specializzata in teatro dell'oppresso dott.ssa Maddalena Martino.**



## SEVIZIO DI COACHING

- **ANALISI DEL CLIMA AZIENDALE**

**OBIETTIVO:** Attraverso le tecniche del coaching arrivare ad essere più efficaci nella selezione del personale, analizzare il clima aziendale e intraprendere delle azioni concrete per l'armonizzazione dell'organizzazione delle risorse umane con il conseguente miglioramento del climax e della riduzione dei costi.

**Questo servizio è in collaborazione con Nive srl.**

### **CONTATTI:**

 340.2446692

 [saravinale@gmail.com](mailto:saravinale@gmail.com)

 [www.saravinale.it](http://www.saravinale.it)