



Aperitivi pensanti

Chi investe nell'equilibrio mentale spunta anche i più alti tassi di interesse.



Due chiacchiere informali su come utilizzare lo strumento più importante che abbiamo a disposizione per raggiungere i nostri obiettivi: la mente.



Che cos'è un aperitivo pensante

"Piccole menti parlano di persone; menti mediocri parlano di fatti; grandi menti discutono di idee." (Eleanor Roosevelt)



E' un modo edutainment (imparare divertendosi) per fare ragionamenti che semplificano la vita, ci rendono più efficaci e ci fanno stare meglio.

Prendendo spunto da un momento ricreativo e informale, come può essere un aperitivo (o brunch), in modo veloce (la durata è compresa tra le 2 e le 3 ore), pratico e creativo si affrontano argomenti in grado di "aprire le menti".

L'evento si svolge in due parti:

1- dopo l'accreditamento, le persone seguono i ragionamenti del relatore (brain design trainer) per circa due ore;

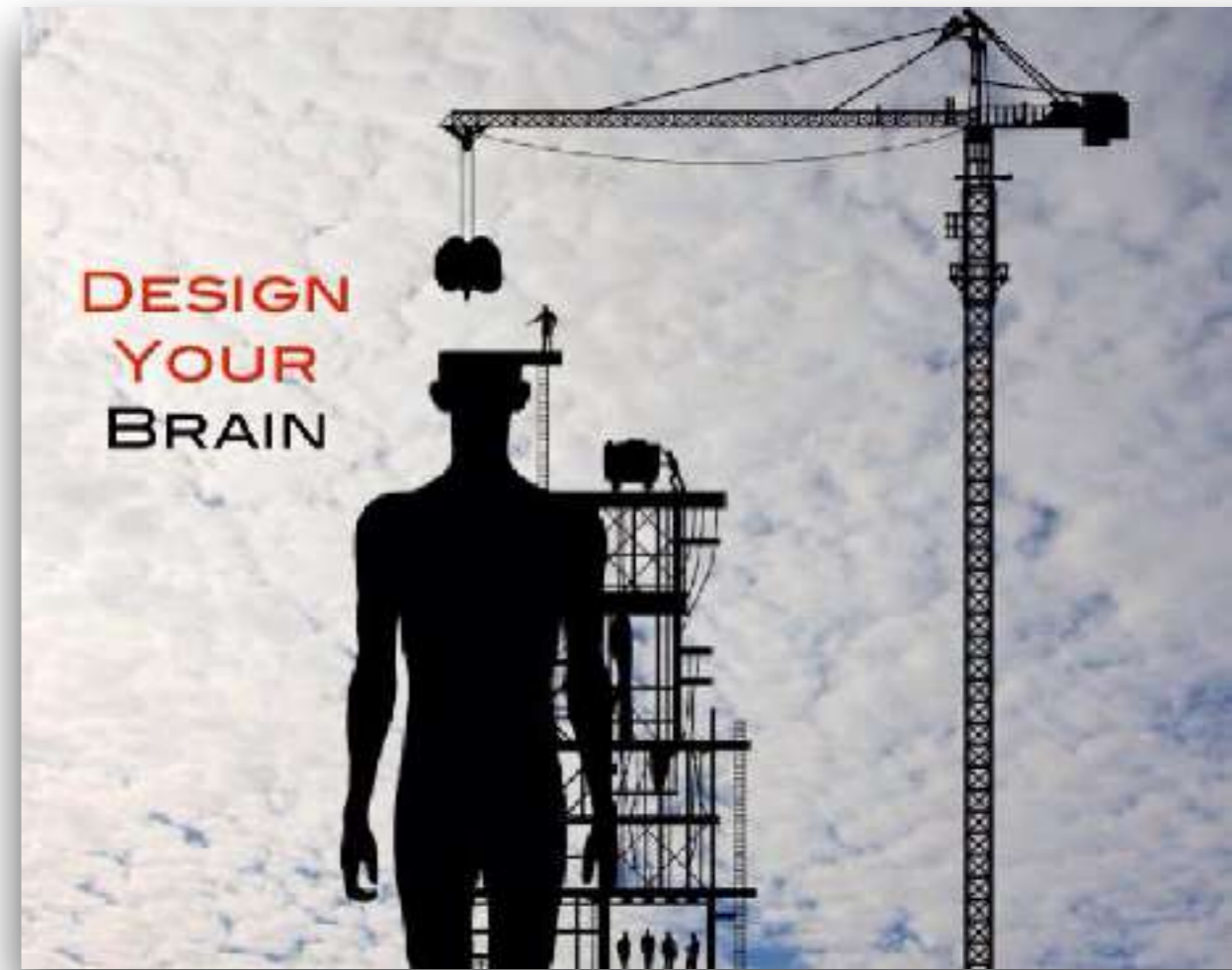
2- al termine, mentre viene servito l'aperitivo, i partecipanti si scambiano idee e commenti tra di loro e con **il brain design trainer.**

Che cos'è il brain design training

Se chiedi ad una persona dove abita ti risponderà, con l'indirizzo della via di casa: un posto fisico, ubicato in un luogo sul pianeta Terra.

In realtà, ognuno di noi trascorre tutta la propria esistenza all'interno di un'altra abitazione. E' di pochi centimetri cubici, situata all'interno della nostra scatola cranica: stiamo facendo riferimento al nostro sistema nervoso centrale, quello che comunemente chiamiamo cervello. E' in questo luogo che, attraverso la mente, noi elaboriamo tutti gli schemi con i quali interagiamo con il mondo esterno e costruiamo la nostra personale realtà. La mente, la nostra casa, è il nostro più potente alleato ma, se non gestita al meglio, diventa, spesso, il nostro più acerrimo nemico.

Il brain design training è un'attività che aiuta a rimodulare gli ambienti della nostra testa, **SFRUTTANDONE IN MODO OTTIMALE** tutti gli spazi: per utilizzare al meglio le competenze dell'individuo, per interagire al meglio con gli altri, per allenarlo a ragionare nel modo più utile e prendere le decisioni più opportune per raggiungere gli obiettivi, personali e professionali.



Aperitivi pensanti: 5 format tra i quali scegliere

1



Profondamente

Contenuti trattati
trappole mentali nelle decisioni e gestione/selezione delle informazioni; gestione dello stress; importanza del rilassamento, dell'attenzione e della concentrazione.

Vantaggi
migliorare le capacità di consapevolezza delle scelte importanti, evidenziando l'importanza del tempo

Durata
90/120 minuti

2



Autostima in rosa

Contenuti trattati
differenze tra sesso e genere (m/f); le qualità tipicamente femminili e come sfruttarle al meglio; ottimizzare i rapporti uomo/donna; gestire lo stress della vita quotidiana

Vantaggi
fortificare l'autostima, migliorare la gestione dello stress "rosa" ed i rapporti privati e professionali

Durata
90/120 minuti

3



Tecnicamente

Contenuti trattati
le modifiche comportamentali dovute alla tecnologia; i pericoli dell'essere sempre connessi; gestire le macchine senza essere gestiti

Vantaggi
migliorare le capacità di gestione della tecnologia utilizzando le informazioni al meglio

Durata
90/120 minuti

4



Attivamente

Contenuti trattati
evoluzione: cosa siamo portati naturalmente a fare; stili di vita "involutivi"; la macchina umana: come muoverla e come rifomirla; cosa significa star bene

Vantaggi
aumentare la consapevolezza dell'equilibrio mente-corpo e migliorare lo stato di benessere

Durata
90/120 minuti

5



Fil per Pil

Contenuti trattati
cos'è la felicità e come raggiungerla; le cornici mentali della felicità; felicità e guadagni: la felicità interna lorda (FIL) v/s il prodotto interno lordo (PIL)

Vantaggi
far prendere coscienza di un modo più efficace di raggiungere gli obiettivi personali (economici e non)

Durata
90/120 minuti

Aperi-Movie: l'evento con l'emozione del cinema

Il film viene introdotto, commentato (con alcune interruzioni) e chiuso dal relatore, che commenta la trama ed alcune scene salienti offrendo spunti di riflessione sul tema trattato. La durata è di 180 minuti. Il cliente può scegliere, oltre alle proposte indicate, qualsiasi altro film.



Visione del mondo pro-attiva
e cultura della possibilità

Gestione della tecnologia
ed utilizzo intelligente



Visione del mondo
e gestione dei mass media

Resilienza e raggiungimento
degli obiettivi

Visione del mondo
e gestione dello stress

Gestione
del cambiamento



Aperi-Quiz

Rischiatutto:

il format per riflettere divertendosi

Rischiatutto è stato un programma televisivo italiano condotto dal celebre Mike Bongiorno, in onda sulla RAI tra il 1970 e il 1974.

L'idea originale fu presa dal format americano del programma Jeopardy!, ma invece del peculiare meccanismo secondo cui a una risposta bisogna trovare una domanda, la RAI optò per il classico meccanismo domanda-risposta.

Inizialmente il telequiz doveva chiamarsi Repentaglio, ma il nome venne cambiato la sera prima dell'inizio della trasmissione per volere proprio di Mike Bongiorno.

E' stato, insieme a Lascia o raddoppia?, il format antesignano di tutti i quiz che lo hanno seguito.

Rispetto alla meccanica del gioco noi abbiamo introdotto delle piccole modifiche per renderlo più fruibile durante l'evento.

Da quest'anno viene riproposto sui canali RAI.

Per maggiori informazioni sul gioco ricercare su Wikipedia la parola Rischiatutto.