



FUTURE®

CONTEMPLAZIONE FUTURE®

Connettiti con la tua saggezza interiore

ACSTH
ICF APPROVED COACH SPECIFIC
TRAINING HOURS
ICF

Corso promosso
e organizzato da:

āvalore

Un incontro con il tuo Sé profondo

Lascia le complicazioni del passato

Vivi il presente con gratitudine

Raggiungi una più profonda comprensione
del tuo percorso di vita per il futuro

Cos'è la Contemplazione

La Contemplazione è un seminario residenziale intensivo che genera profondi effetti trasformazionali. Questi quattro giorni sono interamente votati all'individuo per rafforzarlo nella unicità del proprio percorso di vita, sciogliere eventuali blocchi e liberare potenzialità non ancora integrate. I benefici che ne derivano tanto nel breve quanto nel medio periodo riguardano la vita intera.

Il seminario è anche parte integrante del corso Professional Coach FUTURE, e requisito per poter frequentare la formazione Core Coaching FUTURE.

Perché Contemplare?

Le nostre menti sono piene di conoscenza estrinseca, cioè di tutto ciò che impariamo, leggiamo, ascoltiamo, e nostri pensieri sono in continuo movimento. Questo crea un rumore di fondo che sommerge le percezioni più sottili ed i messaggi che riceviamo dalla nostra conoscenza intrinseca, la saggezza a cui accediamo in modo intuitivo. Tuttavia entrambe queste modalità di conoscenza, estrinseca ed intrinseca, sono essenziali per condurre una vita equilibrata che ci corrisponda appieno.

Il seminario di Contemplazione FUTURE offre la possibilità di bilanciare l'aspetto analitico-razionale ed aprirsi all'aspetto intuitivo-sensoriale da cui la società contemporanea ci ha progressivamente allontanato, per integrarli in modo complementare e potenziare la vita quotidiana. Contemplare vuol dire guardare nel retroscena della tua vita e portare ciò che scopri in primo piano, sviluppando una qualità di pensiero ed azione più chiara e focalizzata, allineata con i tuoi valori profondi ed i tuoi veri scopi.

A chi si rivolge?

La Contemplazione è aperta a chiunque sia pronto a dare un forte impulso di sviluppo alla propria vita:

- Per chi desidera riconnettersi con la propria intuizione e saggezza profonda
- Per chi desidera aumentare presenza e qualità di contatto
- Per chi accompagna altri nel proprio sviluppo
- Per chi sente la responsabilità di prendere decisioni importanti per sé e per altri: nel lavoro, in famiglia, nella comunità, nel mondo
- Per chi si trova in un periodo di transizione
- E naturalmente, per chi desidera concedersi tempo e spazio per una riflessione sulla propria esistenza

Come si svolge

Questo seminario è proprio del metodo FUTURE. Continua a svilupparsi da 25 anni sulla base delle esperienze delle migliaia di partecipanti, e dell'evoluzione del metodo stesso. Ci si prende finalmente tempo per sé. La Contemplazione ha luogo come processo individuale, spesso emozionante, con continui sviluppi, picchi ed a volte anche difficoltà. È un processo in cui si rivisita il vecchio e si ri-energizza il nuovo per arrivare a creare un più ampio spazio di vita.

Il processo viene innescato dalle domande - domande di contemplazione - che i trainer personalizzano di volta in volta per ciascuna persona. Poi si contempla individualmente, a coppie o a piccoli gruppi, fino ad arrivare a risposte profondamente intuitive, spesso sorprendenti. Il percorso viene sostenuto da tecniche di comunicazione strutturata per facilitare la comprensione e lo sviluppo individuale. Queste si alternano a impulsi di sviluppo, fasi di silenzio, passeggiate meditative, esercizi per il corpo e pause dedicate ai propri bisogni.

Nella fase di integrazione finale, viene data attenzione a che le nuove prospettive sviluppate siano ancorate concretamente, per diventare parte della vita quotidiana. È come essere in un ritiro costruito su misura, sostenuto da un'alimentazione ovo-lacto-vegetariana mirata e da una struttura di lavoro che facilita il processo orientato su di sé.

Quali sono i benefici?

Dai spazio a nuove comprensioni e punti di vista su cose che prima erano più limitate. Capisci ciò che è veramente essenziale per te. Le decisioni diventano più coerenti e funzionali. Sviluppi una visione a lungo termine. Ti senti più libero di decidere come orientare il flusso della vita, in una direzione che senti tua. Vivi tutto con maggiore armonia.

Le nuove dinamiche, sia interiori che pratiche, hanno effetto anche a medio termine. Diversi partecipanti scelgono così di ripetere l'esperienza nel tempo e continuare a sostenere lo sviluppo della propria esistenza.

Date

23/24/25/26 settembre 2022

Luogo

Miri Piri, Località Sborzani 2, Frazione di Pigazzano, Comune di Travo (PC).

I costi del soggiorno sono direttamente a carico del partecipante.

Quota di partecipazione

€ 800,00 + IVA (€ 976,00 totale).

Si accettano iscrizioni entro e non oltre il 9 settembre 2022 confermate all'atto del pagamento.

Per chi non ha già partecipato ad una formazione FUTURE, sarà necessario sostenere un breve colloquio di ammissione.

Sconti non cumulabili

➤ **Iscritto alla Future Community**

15 % di sconto con pagamento entro e non oltre il 9 settembre 2022.

La quota di partecipazione diventa € 680,00 + iva (€ 829,60 totale).

➤ **Early Bird**

10% di sconto per le iscrizioni perfezionate con bonifico entro il 1° settembre 2022.

La quota di partecipazione diventa € 720,00 + iva (€ 878,40 totale).

➤ **Iscritto ICF**

5% di sconto per iscrizioni perfezionate entro la data del 9 settembre 2022.

La quota di partecipazione diventa € 760,00 + iva (€ 927,20 totale).

Sconti cumulabili

➤ **Iscriviti con un amico**

Se ti iscrivi contemporaneamente ad un amico che non ha mai partecipato ad una formazione FUTURE, entrambi beneficerete del 5% di sconto. Questo sconto potrà essere applicato anche su un importo di partecipazione che ha già goduto di un'altra scontistica tra quelle sopra indicate.

Disdetta e rimborsi

In caso di disdetta comunicata prima della data d'inizio del corso:

- Rimborso completo della cifra versata quando la comunicazione avviene con almeno 30 giorni di anticipo.
- Rimborso del 50% della cifra versata quando la comunicazione avviene con almeno 15 giorni di anticipo.
- Non viene effettuato rimborso quando la comunicazione avviene meno di 15 giorni prima della data d'inizio. Rimane comunque possibile presentare un nuovo partecipante quale sostituto.

Ospitalità

Centro Miri Piri

Località Sborzani 2, Frazione di Pigazzano, Comune di Travo (PC).

Telefono e Whatsapp: +39 0523 1888178

Mobile: +39 347 6128210 (Carlo)

E-mail: miripiri@miripiri.eu

Trattamento in pensione completa (colazione, pranzo, cena, breaks) con uso esclusivo del centro da venerdì mattina 23 settembre a lunedì pomeriggio 26 settembre 2022:

400 € a persona in camera doppia

520 € a persona in camera singola

I costi alberghieri vanno saldati da ogni partecipante direttamente con il centro Miri Piri prima della partenza. Eventuali esigenze alimentari (intolleranze, vegano ecc.) vanno comunicate direttamente al centro.

CCE ICF

Il seminario di Contemplazione, in quanto parte del Professional Coach FUTURE (ACTP) è riconosciuto ACSTH dalla International Coach Federation. Questo dà diritto a **48 CCE**, di cui 10 di Core Competences. Alla fine del seminario verrà consegnato un attestato di partecipazione.

Per informazioni ed iscrizioni

Segreteria Generale: Roberta.longoni@avalore.it

Trainer di riferimento: Alessandra.riva@avalore.it

Il Trainer

Alessandra Riva, PCC

Dal 2013 ad oggi è CEO della società Àvalore srl con l'obiettivo di accompagnare le organizzazioni in una crescita armonica per evolversi e performare, costruendo valori condivisi e promuovendo la propria unicità, a partire dagli individui che le rappresentano.

Come Coach vanta una lunga esperienza, maturata attraverso più di 7000 ore di coaching erogate in contesti di business, grazie alla fiducia che innumerevoli Manager ed Executive di importanti aziende hanno riposto nei suoi confronti, tra le quali: Allianz Bank, Black Rock, Unicredit, Emirates, Alitalia, Amadeus, Giorgio Armani, Loro Piana, Xchanging, Burger King, Mc Donald's, Carcano Antonio, Marchesini, Mascherpa, Oracle, Teva, Novartis, YOOX, Grom, Dentsu Aegis Network, Henkel e molte altre.

Nel 2012 diventa Partner della FUTURE Coaching Academy e da allora si dedica alla formazione di individui che desiderano sviluppare competenze di coaching seguendo una formazione certificata dall'International Coach Federation. Nello specifico è visiting professor nel percorso di formazione per Coach Professionisti e docente del Master rivolto a Coach Senior.

Nel 2011 con un collega fonda la società Àvalore srl con l'obiettivo di sostenere le aziende nello sviluppo delle competenze relazionali per facilitare i PROCESSI DI TRANSIZIONE, le RISTRUTTURAZIONI e le fasi di CAMBIAMENTO supportandole nel costruire una nuova CULTURA DELLA LEADERSHIP basata sul modello del linguaggio di coaching

Nel 2010 viene certificata e abilitata come Trainer dal fondatore del Metodo FUTURE nel programma di formazione per Coach, ACTP dall'International Coach Federation, iniziando a collaborare con la FUTURE Coaching Academy nei percorsi di formazione dei Coach.

Tra il 2008 e il 2010 si rivolge al mercato come Libera Professionista nel mondo del Coaching e del Training aziendali specializzandosi come Trainer in percorsi orientati a sviluppare modelli di Leadership e di cultura d'impresa basati sui principi del coaching e come Coach, nell'accompagnare alti profili aziendali al raggiungimento di sempre più ambiziose sfide di performance.

Tra il 2005 ed il 2008 inizia a collaborare con la società Waterleaf Coaching & Consulting di Lugano, di cui successivamente diventa Partner e Country Manager Italia, partecipando a progetti di coaching e training in società svizzere ed italiane di livello internazionale.

Nel 2003 diventa Coach Certificato ICF ed ha la fortuna di collaborare come Associate con la società Accomply, affiancando Coach di rilievo internazionale che pionieristicamente iniziano ad introdurre nelle aziende italiane progetti di consulenza uniti al coaching.

Specializzazioni:

- Executive Coaching
- Senior consultant e facilitatore nei processi di cambiamento e integrazione delle culture (pre e post acquisizione e fusione)
- Interventi di Crisis Management
- Executive Shadow Coaching
- Strategic Team Coaching
- Analisi, disegno ed implementazione delle strategie soft in affiancamento ai processi di riorganizzazione
- Trainer, Mentor e Coach di Coach con Competenze Senior

Formazioni

- I&G Management: Psicobiologia emotivo-comportamentale integrata 1
- I&G Management: Psicobiologia emotivo-comportamentale integrata Avanzato
- I&G Management: Psicobiologia emotivo-comportamentale integrata Practitioner
- Systemalive: Discovery Training
- FUTURE Coaching Academy Eu: Training for Trainer, FUTURE Coaching Method
- FUTURE Coaching Academy It: Core Coaching Master
- FUTURE Coaching Academy Eu: Professional Certificate Coach
- International Coach Federation: Professional Certificate Coach
- Politecnico di Milano - Laurea quinquennale in Architettura

Caratteristiche personali

Facilitatrice di Trasformazione e Executive Coach di CEO, Dirigenti e Management Team di organizzazioni multinazionali, agisce nelle aree di autoconsapevolezza e autoregolamentazione, efficacia interpersonale, intelligenza emotiva, leadership e gestione del cambiamento.

Come Consulente, Coach e Trainer le riconoscono creatività, flessibilità, capacità di analisi e comprensione delle situazioni, attitudini che le consentono di progettare e costruire strategie e azioni tagliate su misura del cliente per accompagnarlo verso il raggiungimento dei suoi obiettivi.



Made with love by:

avalore

avalore Srl

Via Statuto, 4
20121 Milano

www.avalore.it
info@avalore.it

 **ISO Stars EU**
ISO 9001