



BE WISE BE WILD.

Manuela Salis | Formazione linguistica e workshop

WORKSHOP AZIENDALI

Una giornata insieme. Strumenti da usare al lavoro.

Cinque temi, da scegliere in base alle esigenze. Ogni workshop è disponibile in presenza e online.

L'autodiagnosi è un possibile punto di partenza quando vuoi osservare l'azienda nel suo insieme. Gli altri workshop possono approfondire ciò che emerge oppure essere scelti direttamente.

Formati e prezzi

Autodiagnosi, leadership, comunicazione e processi:

6 ore di attività, 600 € per azienda.

Corpo, sistema nervoso e benessere al lavoro:

4 ore di attività, prezzo speciale di 300 € per azienda.

Le pause sono escluse dalle durate indicate.

Promozione e modalità online

25% di sconto su workshop e pacchetti linguistici confermati entro il 31 dicembre 2026, con calendario concordato anche per il 2027.

Workshop online: 15% in meno. Lo sconto online è cumulabile con la promozione: si applicano in successione. Il contributo di trasferta è escluso dagli sconti.

Organizzazione e trasferta

Trasferta inclusa entro 80 km da Valchiusa. Oltre questa distanza: 2 € per ogni km supplementare, calcolati sulla distanza stradale di sola andata. Il contributo viene comunicato prima della conferma.

Obiettivi, partecipanti, sede o piattaforma e materiali si concordano prima della conferma. Online adattiamo esercitazioni e confronto alla distanza. Il calendario e le condizioni sono riportati nella proposta.



BE WISE BE WILD.

Manuela Salis | Formazione linguistica e workshop

01 / AUTODIAGNOSI DELL'AZIENDA

Osservare il sistema. Scegliere le priorità.

Per imprenditori, responsabili e persone chiave che vogliono costruire una lettura condivisa dell'azienda.

6 ore di attività • 600 € per azienda

La scaletta

- 30 min: obiettivi e fotografia iniziale.
- 60 min: numeri, risorse e costi nascosti.
- 60 min: comunicazione e passaggio delle informazioni.
- 60 min: processi, ruoli e passaggi critici.
- 60 min: leadership, carico di lavoro e benessere.
- 90 min: sintesi, priorità e prime azioni.

Come lavoriamo

Lavoriamo sui dati disponibili e sulle esperienze portate dai partecipanti. Usiamo una mappa essenziale del metodo Be Wise Be Wild per collegare numeri, processi e persone.

Con che cosa si esce

Una prima mappa condivisa delle criticità e tre azioni da sperimentare, con priorità e responsabilità.

Una fotografia costruita dal gruppo: approfondimento e risultati dipendono dalle informazioni disponibili.



02 / LEADERSHIP, COMUNICAZIONE E RESPONSABILITÀ

Guidare attraverso le conversazioni.

Per chi guida persone, team e progetti: comunicare con chiarezza e creare le condizioni per assumersi responsabilità.

6 ore di attività • 600 € per azienda

La scaletta

- 45 min: cosa significa guidare e quale impatto ha il nostro modo di comunicare.
- 60 min: ascolto, domande e aspettative chiare.
- 60 min: decisioni, informazioni e responsabilità.
- 75 min: delega, autonomia e momenti di verifica.
- 75 min: simulazioni di conversazioni su casi reali.
- 45 min: piano personale da applicare al lavoro.

Come lavoriamo

Analizziamo conversazioni, sperimentiamo domande e simuliamo deleghe e decisioni. Il lavoro di L. David Marquet è tra i riferimenti; il programma integra esperienza aziendale e confronto sulle situazioni del gruppo.

Con che cosa si esce

Una traccia per delegare e chiarire gli accordi, insieme a un piano personale di miglioramento.

Il fuoco è su chi guida, decide e delega: dalla chiarezza delle aspettative alla responsabilità delle proprie azioni.



03 / COMUNICAZIONE EFFICACE

Capirsi meglio. Collaborare con chiarezza.

Per team e persone che devono scambiarsi richieste, informazioni e feedback, anche tra reparti.

6 ore di attività • 600 € per azienda

La scaletta

- 45 min: fatti, interpretazioni e origini delle incomprensioni.
- 60 min: ascolto e verifica della comprensione.
- 60 min: richieste chiare e accordi espliciti.
- 75 min: feedback e conversazioni difficili.
- 75 min: esercitazioni su situazioni reali.
- 45 min: accordi di comunicazione da sperimentare.

Come lavoriamo

Riformuliamo messaggi, simuliamo scambi e lavoriamo su esempi del gruppo. Osserviamo cosa viene detto, cosa viene compreso e quali informazioni mancano.

Con che cosa si esce

Modelli pratici per richieste e feedback e accordi utili per i passaggi di informazioni.

Il fuoco è sugli scambi quotidiani tra tutte le persone, indipendentemente dal ruolo.



04 / PROCESSI PIÙ SEMPLICI

Seguire il lavoro. Semplificare i passaggi.

Per team e responsabili che incontrano attese, duplicazioni, rilavorazioni o responsabilità poco chiare.

6 ore di attività • 600 € per azienda

La scaletta

- 30 min: scelta di un'attività reale e dell'obiettivo.
- 75 min: mappatura dall'inizio alla fine.
- 60 min: attese, duplicazioni e passaggi critici.
- 60 min: ruoli, responsabilità e informazioni necessarie.
- 75 min: progettazione di miglioramenti praticabili.
- 60 min: piano di sperimentazione e verifica.

Come lavoriamo

Costruiamo insieme la mappa di un processo reale, confrontiamo i punti di vista e scegliamo cambiamenti proporzionati alle risorse disponibili.

Con che cosa si esce

Una mappa condivisa, azioni con responsabili e criteri per verificare se il lavoro migliora.

Portate un'attività concreta da osservare: il programma si adatta al perimetro scelto e ai partecipanti.



BE WISE BE WILD.

Manuela Salis | Formazione linguistica e workshop

05 / CORPO, SISTEMA NERVOSO E BENESSERE AL LAVORO

Comprendere lo stress. Ascoltare il corpo.

Per persone e team che vogliono comprendere la risposta del corpo allo stress e sperimentare pratiche nella giornata.

4 ore di attività • 300 € per azienda

La scaletta

- 40 min: fisiologia dello stress, sistema nervoso autonomo, attivazione e recupero.
- 35 min: riconoscere i propri segnali corporei.
- 60 min: sperimentare movimento, respiro e attenzione corporea.
- 45 min: integrare pratiche brevi nella giornata lavorativa.
- 60 min: costruire una routine personale e confronto finale.

Come lavoriamo

Tecniche corporee semplici, da seduti o in piedi. Non serve essere in forma, non è richiesta esperienza di yoga e non occorre un tappetino. Le pratiche si adattano alle persone e allo spazio, anche nel normale ambiente di lavoro.

Con che cosa si esce

Una breve routine personale e strumenti da usare nella quotidianità, insieme a una riflessione su ritmi, pause e carichi.

Sono insegnante di yoga, con vent'anni di pratica personale e una formazione in corso in somatic healing e nervous system regulation. Le attività sono formative e adattabili; la partecipazione alle singole pratiche è libera.

Per organizzare il workshop: info@bewisebewild.it • +39 351 433 7745