

● MODULO PER SIMPOSIO DI
HEALTH QIGONG :
ISCRIZIONE DEL
RELATORE

NOME E COGNOME :

NUMERO DI TELEFONO :

TITOLO DEL TUO INTERVENTO :

«PRIMO SIMPOSIO NAZIONALE DI ESPERIENZE PRATICHE DI HEALTH QIGONG – IHQA -»

GUIDA PER IL RELATORE

- NON È NECESSARIO ESSERE ESPERTI PRATICANTI E NEANCHE ORATORI
- CIO' CHE CONTA È LA TUA VOCE AUTENTICA, LA TUA STORIA REALE E IL TUO CAMMINO CON IL QIGONG.
- L'OBBIETTIVO DEL TUO INTERVENTO È : CONDIVIDERE COME LA PRATICA DEL QIGONG HA INFILUITO POSITIVAMENTE SULLA TUA VITA FISICA, EMOTIVA O MENTALE.
- LA DURATA DEL TUO RACCONTO POTRÀ DURARE : 08 – 12 MINUTI AL MASSIMO (CIRCA 1 / 1,5 PAGINA SCRITTA , SE HAI BISOGNO DI LEGGERE .)
- UN MODERATORE TI SEGNALERÀ GENTILMENTE QUANDO MANCANO 2 MINUTI ALLA FINE.
- LINGUA RICHIESTA ESCLUSIVAMENTE ITALIANA.

SUGGERIMENTI SU COME STRUTTURARE IL TUO RACCONTO AL TUO PRIMO SIMPOSIO DI ESPERIENZE DI QIGONG :

SCHEMA SUGGERITO :

1. PRESENTATI BREVEMENTE
2. DA QUANTO TEMPO PRATICHI QIGONG E QUALE STILE O ESERCIZIO PRATICHI , FREQUENZA SETTIMANALE DELLA TUA PRATICA
3. PERCHÉ HAI INIZIATO A PRATICARE QIGONG?
4. HAI NOTATO DEI CAMBIAMENTI NEL TEMPO E SE SI QUALI? NEL CORPO, NELLA MENTE, NELLE EMOZIONI O NELLA VITA QUOTIDIANA
5. HAI UN MOMENTO, UN EVENTO SIGNIFICATIVO LEGATO ALLA TUA PRATICA CHE VORRESTI CONDIVIDERE?
6. POTRESTI CHIUDERE IL TUO INTERVENTO AL SIMPOSIO CON UNA FRASE CHE TI RISUONA? ES. « IL QIGONG NON MI HA CAMBIATO LA VITA, ME L'HA RESTITUITA»

CONSIGLI UTILI PER PRESENTARE LA TUA ESPERIENZA AL SIMPOSIO DEL QIGONG :

- **TI CONSIGLIO :**

- DI PARLARE IN PRIMA PERSONA
- EVITA DI SPIEGARE TECNICHE O TEORIE SEI QUA PER TESTIMONIARE , NON PER INSEGNARE
- SE TI EMOZIONI VA BENE , LA SPONTANEITÀ E LA SINCERITÀ SONO IL CUORE DI QUESTO INCONTRO
- PUOI AIUTARTI CON L'AUSILIO DI UN TESTO SCRITTO, MA OGNI TANTO CERCA DI ALZARE LO SGUARDO
- IL TUO INTERVENTO SARÀ PREZIOSO PERCHÉ SARÀ UNICO, SARÀ IL TUO!

- **X COSA EVITARE :**

- PARAGONI CO ALTRE DISCIPLINE
- GIUDIZI SU ALTRI STILI O PRATICHE, O INSEGNANTI
- ARGOMENTI MEDICI SPECIFICI O RIFERIMENTI A TERMINI MEDICI (ESEMPIO :» IL QIGONG HA CURATO LA MIA MALATTIA» SARÀ MEGLIO DIRE : «MI HA AIUTATO A STARE MEGLIO «

RINGRAZIAMENTO :

- TI RINGRAZIAMO PER IL TUO CORAGGIO E LA TUA GENEROSITÀ NEL CONDIVIDERE LA TUA ESPERIENZA PERSONALE NEL PRATICARE L'ARTE MILLENARIA DEL QIGONG.

IL TUO CONTRIBUTO POTREBBE ESSERE LA SCINTILLA CHE ISPIRA QUALCUN ALTRO AD INIZIARE A PRATICARE , O A NON MOLLARE.

CON STIMA!

SEGRETARIATO ITALY HEALTH QIGONG ASSOCIATION

IHQA