

TECNICHE DI LETTURA VELOCE*Dal 16 ottobre 2026 - dalle 9.00 alle ore 13.00***CORSO ONLINE****Obiettivi:**

Come per "Tecniche di Memorizzazione Rapida", anche in questo corso sulla Lettura Veloce l'obiettivo è l'acquisizione di strategie finalizzate all'ottimizzazione del Tempo, una delle dimensioni più preziose della vita quotidiana: coltivare abitudini più funzionali per leggere qualsiasi testo in maniera selettiva e fissarne i contenuti nella memoria a medio e a lungo termine, arginando distrazioni esterne e facendo leva sul controllo dei movimenti oculari e sull'ampliamento del campo visivo.

Verranno proposti semplici esercizi per allenare gradualmente lo stile di lettura, mantenendo concentrazione e focalizzando l'energia utile per lavorare Efficace-Mente.

Destinatari: Personale aziendale**Contenuti:**

- I diversi stili di lettura secondo uno studio scientifico.
- Abitudini errate e distrazioni durante l'attività di lettura.
- L'importanza del riposo e del controllo dei movimenti oculari.
- Esercizi per ampliare il proprio campo visivo.
- La lettura rapida come processo selettivo per la comprensione del testo.
- Potenziamiento della visione periferica e riduzione dei punti di fissità.
- Fissare i contenuti letti nella memoria a medio e lungo termine.
- Esercizi volti ad ottimizzare tempo ed energia per una lettura funzionale all'obiettivo.

Docente: Dott.ssa Emanuela Zanoni**Sede:** Piattaforma CONFAPI BRESCIA**Calendario:**

- 16 ottobre 2026, orario 9.00-13.00
- 23 ottobre 2026, orario 9.00-13.00

Costo:

Tariffa Socio Confapi Brescia e Confapi Bergamo

€190,00 + IVA(22%)

Tariffa Non socio Confapi Brescia e Confapi Bergamo

€240,00 + IVA(22%)

Corso valido anche ai fini dell'assolvimento dell'obbligo formativo delle 24 ore previsto da CCNL METALMECCANICI

Per ricevere la modulistica necessaria a completare la procedura d'iscrizione compilare e inviare la

"SCHEMA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE" entro il 24/09 p.v.

SCHEMA DI MANIFESTAZIONE DI INTERESSE

da compilare e inviare via email a formazione@confapibrescia.it

AZIENDA _____

NOME E COGNOME _____

Tel. _____ **Email** _____