

ASUNTO: CONVOCATORIA ACCIÓN FORMATIVA II Edición “Herramientas para el cambio (Técnicas Japonesas Tradicionales de Reiki para el Desarrollo Personal)”

Objetivo

Acción formativa organizada por el Servicio de Recursos Humanos-Formación con el objetivo de facilitar a los empleados públicos herramientas, tanto físicas como mentales, que posibiliten su desarrollo y crecimiento personal con un beneficio global, independientemente de su entorno social (laboral o familiar).

Programa

- **Introducción**
Conceptos e historia: ¿Qué es Reiki?; breve historia; escuelas occidentales y japonesas
- **Prácticas**
 - **Gokai (cinco principios)**
La práctica diaria de El arte secreto para atraer la felicidad
 - **Hatsurei-hô. Método para armonizar cuerpo-mente:**
 1. **Seiza.** Sentados en silencio
 2. **Gasshō Meisō.** Meditación *Gasshō*
 3. **Joshin Hatsurei-hô.** Auto-regeneración energética, a través de la respiración
 4. **Práctica de cinco días.** Actividades individuales y grupales
 - **Otras técnicas tradicionales (una para cada día):**
 1. **Joshin Kokyu-hô.** Método de respiración energética
 2. **Ken'yoku-hô.** Método del baño seco
 3. **Nentatsu-hô.** Método para la desintoxicación físico-mental
 4. **Hanshin koketsu-hô.** Método para las tensiones de la espalda
 5. **Tanden chiryo.** Tratamiento del *tanden*
- **Cierre**
Repaso e interiorización de las herramientas para el cambio

Destinatarios

- Plantilla municipal del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria
- N.º de plazas: dirigido a 16 personas

Planificación de la acción formativa

La modalidad formativa será PRESENCIAL, con una duración total de 10 horas lectivas:

- Fechas: del 7 al 11 de mayo de 2018
- Horario: de 8:30 a 10:30 horas
- Lugar: aula de formación de las oficinas municipales de la Casa del Marino (7ª planta)

 @rrhhlpgc / #formacionlpgc

Código Seguro de verificación: Nvqd0Q6LEE0NMZ / If846Xw==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://www.laspalmasgc.es/es/online/sede-electronica/codigo-seguro-de-verificacion>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	Maria Candelaria Gonzalez Jimenez (Jefe de Servicio-MGJ)	FECHA	09/04/2018
ID. FIRMA	afirma.redsara.es	PÁGINA	1/2



Nvqd0Q6LEE0NMZ / If846Xw==

Ref: **MCGJ/SSM/AMVF**
Expte: Convocatoria acción formativa

Formador

Santiago González Morales
Administrativo del Negociado de Desarrollo Local del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria

Plazo de inscripción

Del 12 al 18 de abril de 2018

Requisitos de admisión

Empleados municipales

Criterios de selección

- Orden de inscripción
- Idoneidad del puesto de trabajo

Acreditación

Diploma de asistencia: 85 % asistencia/participación

Para participar en dicha acción formativa:

- Deberá realizar su inscripción a través del Portal del Empleado
- Una vez que se le haya comunicado su admisión, descargará del propio Portal el formulario "Autorización para asistencia a cursos de formación y perfeccionamiento", que será cumplimentado y firmado por el/la responsable de la unidad administrativa
- El formulario debidamente cumplimentado y firmado será enviado, para los efectos oportunos, a la dirección de correo electrónico formacionyestudios@laspalmasgc.es

LA JEFA DE SERVICIO DE RECURSOS HUMANOS
(Resolución núm. 9325/2018, de 19 de marzo)

María Candelaria González Jiménez

 @rrhhlpgc / #formacionlpgc

Código Seguro de verificación: Nvqd0Q6LEE0NMZ / If846Xw==. Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://www.laspalmasgc.es/es/online/sede-electronica/codigo-seguro-de-verificacion>
Este documento incorpora firma electrónica reconocida de acuerdo a la Ley 59/2003, de 19 de diciembre, de firma electrónica.

FIRMADO POR	María Candelaria Gonzalez Jimenez (Jefe de Servicio-MGJ)	FECHA	09/04/2018
ID. FIRMA	afirma.redsara.es	Nvqd0Q6LEE0NMZ / If846Xw==	PÁGINA 2/2



Nvqd0Q6LEE0NMZ / If846Xw==