

**ASUNTO: CONVOCATORIA ACCIÓN FORMATIVA III 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 22 al 26 de abril de 2019
- 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: vt1x3yYautelAo63saPS3A==. 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	Sebastian Sanchez Melian (Jefe de Sección-SSM)		FECHA	26/03/2019
ID. FIRMA	afirma.redsara.es	vt1x3yYautelAo63saPS3A==	PÁGINA	1/2
 vt1x3yYautelAo63saPS3A==				

### Formador

Santiago González Morales

- Administrativo del Negociado de Desarrollo Local del Ayuntamiento de Las Palmas de Gran Canaria
- Graduado como Shihan (maestro) por el Instituto Jikiden Reiki de Kioto y formado en Técnicas Japonesas Tradicionales de Reiki

### Plazo de inscripción

Del 28 de marzo al 3 de abril de 2019

### 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:

- Con motivo de la migración del aplicativo de Formación, **la inscripción a esta acción formativa se realizará a través del siguiente enlace:**  
<https://forms.gle/C6pAL5mfTUtdc9eSA>
- Una vez que se le haya comunicado su admisión, descargará del Portal del Empleado 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 a través de Laycos (*red Formación/ grupo "Autorizaciones, asistencia acciones formativas"*).

LA JEFA DE SERVICIO  
DE RECURSOS HUMANOS

(Resolución núm. 10953/2018, de 28 de marzo)

P.S. EL JEFE DE SECCIÓN DE GESTIÓN ECONÓMICA Y OBLIGACIONES DE ORDEN SOCIAL

Sebastián Sánchez Melián

 @rrhhlpgc / #formacionlpgc

Código Seguro de verificación: vt1x3yYautelAo63saPS3A==. 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	Sebastian Sanchez Melian (Jefe de Sección-SSM)	FECHA	26/03/2019
ID. FIRMA	afirma.redsara.es	vt1x3yYautelAo63saPS3A==	PÁGINA 2/2



vt1x3yYautelAo63saPS3A==