



INNERHERO

WEEK END INTENSIVO
di esplorazione del tuo mondo interiore

CON FRANCESCA MARCHEGIANO

presso: **AGRITURISMO IL MANDORLO**
Frazione Varano, 184
60029 ANCONA – Italia

22 e 23 Marzo 2025

in collaborazione con **Vanilla Marketing** e **Associazione Next Us**





COSA

INNERHERO® è un percorso di esplorazione di sé e di narrazione autobiografica ispirato agli studi di Joseph Campbell, creato in forma originale da Francesca Marchegiano durante vent'anni di lavoro con la narrazione, sia in ambito educativo che aziendale.

INNERHERO® stimola ogni persona a riflettere sulla ciclicità di ogni evento della natura, compreso quello della Vita umana, e mostra il dipanarsi di ogni esistenza tra Nascita e Morte, attraverso fasi che si susseguono più o meno nello stesso ordine e che rappresentano il Vaggio di ciascuno alla ricerca della propria essenza più intima e della ragione per cui si trova, in questo momento, al Mondo.

INNERHERO® integra gli studi di Campbell con l'esplorazione degli Archetipi e con elementi tratti da Ecopsicologia, Future Thinking, Storytelling Autobiografico, Death Education e Psicologia Positiva.

COME

Il week end intensivo prevede momenti di narrazione del format, con le sue fasi e archetipi, alternati a domande che saranno rivolte ai partecipanti, i quali risponderanno a mano su un proprio quaderno, in forma privata e decidendo in piena libertà se e quando condividere le proprie riflessioni con gli altri.



Per partecipare al week end non è assolutamente necessario sapere scrivere “bene”, la scrittura sarà usata solo come metodo per esplorarsi interiormente, depositando sul foglio i propri pensieri in modo semplice e autentico, senza intenzioni letterarie, né vezzi stilistici.

Durante le due giornate verranno svolte anche brevi meditazioni e attività all’aperto, sempre in forma individuale, pure se accanto ad altre persone che svolgeranno gli stessi compiti.

TESTIMONIANZA

*È stato un Viaggio meraviglioso!
Non basterebbe una vita per parlarne, non basterebbero le parole.
Ma ciò che conta è che ora so.
Non tutto, ma sicuramente qualcosa di più, su di me,
sui miei preziosi Risvegliatori, e sul mondo.
(Giulia)*

DOVE E QUANDO

La prossima edizione si terrà presso:

AGRITURISMO IL MANDORLO

Frazione Varano, 184

60029 ANCONA – Italia

NEI GIORNI: 22 e 23 Marzo 2025

ORARIO: 10.00 (arrivo entro le 9.45) - 13.00 / 14.15 - 17.15

**NOTA: La partecipazione deve essere svolta in entrambi i giorni,
per tutto il tempo indicato**



TESTIMONIANZA

*Grazie per avermi accompagnato in questo Viaggio.
Speravo fosse qualcosa di simile ma non credevo che ci saremmo spinti
così oltre. Mi hai dato un aiuto concreto, il coraggio di muovere
delle pedine che avevo già scelto ma che da tempo tenevo in tasca
con il dubbio se giocarle o meno. È stata un'esperienza meravigliosa.
(Davide)*

QUANTO

Il costo per il week end intensivo è di:

180 euro a persona esclusi i pranzi

oppure

210 euro a persona pranzi inclusi

L'IMPORTO DI 180 EURO COMPRENDE:

- week end intensivo di conoscenza di sé + 30' di incontro online (facoltativo, su richiesta del partecipante) dopo il percorso, per un confronto individuale con Francesca Marchegiano inerente i temi emersi.

L'IMPORTO DI 210 EURO COMPRENDE:

- week end intensivo di conoscenza di sé + 30' di incontro online (facoltativo, su richiesta del partecipante) dopo il percorso, per un confronto individuale con Francesca Marchegiano inerente i temi emersi.
- + pranzo di sabato e di domenica in agriturismo (possibilità di menù vegetariano)

NON COMPRENDE:

- +4% rivalsa parziale inps in fattura (la fattura verrà emessa dietro indicazione dei seguenti dati: nome, cognome, indirizzo, codice fiscale, p.iva e codice SDI se presenti)
- consumazioni extra durante le giornate
- pernottamento presso l'Agriturismo (in caso di interesse, si può prenotare autonomamente presso la struttura)

Gli importi saranno saldati separatamente per la parte di week end intensivo, e per eventuali pranzi, consumazioni e altri servizi.

COSA PORTARE

Per partecipare al week end basta portare un blocco di fogli (meglio se A4) e penna scorrevole, o matita con temperino.

L'abbigliamento dovrà essere comodo e informale, senza cinture strette o abiti che rendano scomodo sia lo scrivere seduti a un tavolo, che il camminare o sedersi all'aria aperta.

INNERHERO® È PER TE SE...

Sei una persona adulta, libera, curiosa, di quelle che non vogliono delegare tutte le decisioni ai "dover fare" e "dover essere" esterni, e neanche alle benedette AI.

Ti trovi sul ciglio di una decisione importante, sulla vita o sul lavoro, e vuoi fare chiarezza dentro di te.

Senti il bisogno di dedicarti due giorni di qualità, senza pensare ad altro o altri, per scendere nel tuo meraviglioso mondo interiore, facendo ordine e amando tutto quello che trovi... qualunque cosa sia.

Hai voglia di lavorare per conto tuo, accanto a persone splendide e in cammino, proprio come te.

TESTIMONIANZA

Provo immensa gratitudine per il percorso che in qualche modo mi hai indicato, ma soprattutto perché, con profondità e leggerezza, mi hai costretto a pensare a me stessa.

*E ho capito che Novecento è proprio stupido a non scendere dalla nave.
(Valentina)*

CON CHI

FRANCESCA MARCHEGIANO

Esperta di narrazione, docente di storytelling in Master di Alta Formazione, aziende, enti pubblici e contesti educativi, autrice teatrale e di narrativa. Conduce da più di vent'anni privati e professionisti a esplorare il proprio mondo interiore con la scrittura, per raccontarlo con autenticità a se stessi e agli altri.

Ha creato il marchio INNERHERO® e il percorso di introspezione a forma di gioco in scatola avente lo stesso nome, ha fondato la END EDUCATION™, metodo educativo per dialogare con tutti i tipi di Fine che avvengono nell'arco di una Vita, e conduce il podcast LE RACCONTATRICI, nel quale intervista donne speciali, chiedendo loro quale storia hanno amato e come ha influito sulla donna e professionista di oggi. Conduce percorsi di narrazione di sé anche in contesti di fragilità sociale (malati psichiatrici, malati di Aids, malati terminali).



www.innerhero.it

www.francescamarchegiano.com

TESTIMONIANZA

Grazie per avermi guidato e accompagnato in questo meraviglioso viaggio, un'esperienza che mi darà supporto nel futuro che mi aspetta e nella realizzazione dei miei sogni.

(Alessandro)

PROMEMORIA

COSA

INNERHERO® week end intensivo di esplorazione e narrazione di sé

QUANDO

22 e 23 Marzo 2025

DOVE

ANCONA, Agriturismo Il Mandorlo / www.agriturismoilmandorlo.it

QUANTO

180 euro pranzi esclusi / 210 euro pranzi inclusi

CONTATTI UTILI

Per la formazione:
Francesca Marchegiano
ciao@innerhero.it

Per soggiorno o richieste alla location:
Agriturismo Il Mandorlo
info@agriturismoilmandorlo.it

TESTIMONIANZA

*Grazie per ogni singolo istante del viaggio che mi hai fatto fare.
Vado via da qui con una gioia infinita e la consapevolezza
che tutto è cambiato... ma è solo l'inizio!*
(Claudia)



INNERHERO

*Domandati se saprai dire
Sì!, con tutto il cuore,
alla tua avventura.*

J. Campbell

ciao@innerhero.it

