

LABORATORIO ESPERIENZIALE

gestione e comprensione dello stress lavoro correlato

Un incontro, aperto a tutti i ricercatori e assegnisti di ricerca, dedicato all'approfondimento del tema dello stress nei contesti lavorativi e al confronto tra i partecipanti in merito alle difficoltà riscontrabili. La seconda parte dell'attività è dedicata alla presentazione e all'esercizio delle tecniche Mindfulness, come strumento di consapevolezza per la gestione dello stress.

saluti istituzionali

Valeria Tatano, delegata del rettore per le politiche e le azioni inerenti all'inclusione, alla disabilità e alla sostenibilità

Gianluca Zucconelli, responsabile della divisione mobilità, benefici e post laurea

relatori

Giulia Gabrielloni e **Enrico Tonon** sportello di ascolto psicologico Iuav

Stella Alessandria psicologa e facilitatrice Mindfulness

6.11.2024
Badoer
aula I
ore 14>17

