

Mindfulness e natura

Stare meglio al lavoro



UNIVERSITÀ
di VERONA

Dipartimento
di SCIENZE UMANE



MindLiven



OPPIV
Ordine delle
Psicologhe e degli
Psicologi del Veneto

Pratiche di mindfulness basate sulla natura per affrontare lo stress nei luoghi di lavoro

CONVEGNO IN PRESENZA E ONLINE

27 APRILE 2023 | 14.30-18.30

Università degli Studi di Verona
Dipartimento di Scienze Umane, aula T1
Polo Zanotto, viale Università 4, Verona

per proprietari di PMI, manager, dipendenti, consulenti
HR e formatori VET, consulenti del lavoro, responsabili
delle politiche nel campo della formazione VET, salute e
sicurezza in azienda, psicologi del lavoro, sindacalisti

ore 14.30 Registrazione e accoglienza

ore 14.45 Saluti e presentazione del progetto

ore 15.00 INTERVENTI

Mind full o mindful? La mente al lavoro

Rosalba Contentezza, Psicologa, Psicoterapeuta, Mindfulness MBCT
Trainer

Green or grey? La natura al lavoro

Margherita Pasini, docente di Psicometria

MINDLIVEN - una piattaforma di formazione per
gestire lo stress al lavoro attraverso la Mindfulness e
la natura

Camilla Marossi, psicologa ambientale

ore 16.15 Usare MINDLIVEN: testimonianze

ore 16.30 Coffee break

ore 17.00 TAVOLA ROTONDA:

Gestire lo stress tra mindfulness e natura

ore 18.30 Fine lavori

Partecipazione gratuita.

E' necessaria l'iscrizione entro il 26 aprile 2023, qui
oppure al link <https://forms.gle/JVnhsLtoFWcdGuek7>

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA:
APsyM Lab UNIVERSITÀ DI VERONA
Camilla Marossi
camilla.marossi@univr.it

