

SEI PASSI PER GESTIRE LO STRESS: DAL SEQUESTRO EMOTIVO ALL' INTENZIONALITA' NELLA CONCILIAZIONE VITA-LAVORO



coach Maria Giovanna Venturini

GIOVEDI' 12 DICEMBRE 2019 - dalle ore 16.00

Sede Confartigianato Imprese Lecco - Via G. Galilei n. 1 - LECCO

WORKSHOP GRATUITO APERTO A TUTTI

rivolto a quanti, in un'ottica di conciliazione famiglia-lavoro, si trovano a dover gestire rapporti particolarmente impegnativi con figli o familiari in difficoltà



Per l'intera durata dell'evento sarà attivo un servizio gratuito di baby-sitting con cena riservato ai figli 6-13 anni dei partecipanti all'incontro

**PER INFORMAZIONI: Sportello Conciliazione Confartigianato Imprese Lecco
Tel. 0341-250200 conciliazione@artigiani.lecco.it
PER ISCRIZIONI ONLINE: www.artigiani.lecco.it**



Sistema Socio Sanitario
 Regione Lombardia
 ATS Brianza



SEI PASSI PER GESTIRE LO STRESS: DAL SEQUESTRO EMOTIVO ALL'INTENZIONALITA' NELLA CONCILIAZIONE VITA-LAVORO

giovedì 12 dicembre 2019 dalle ore 16.00
 Sede Confartigianato Imprese Lecco – Via G. Galilei n. 1 LECCO

WORKSHOP GRATUITO APERTO A TUTTI

rivolto a quanti si trovano, in un'ottica di conciliazione famiglia-lavoro, a dover gestire rapporti particolarmente impegnativi con figli o familiari in difficoltà

PROGRAMMA

- h. 16.00 – 16.15 ACCOGLIENZA E REGISTRAZIONE PARTECIPANTI
- h. 16.15 – 16.30 SALUTI ISTITUZIONALI E INTRODUZIONE
- h. 16.30 – 20.30 **Sequestro emotivo: riprendiamoci la nostra intenzionalità**
 Riconoscere, Prevenire e Gestire lo stress
 Salute e Benessere psico-fisico-emotivo
 Da 0 a 10: strumenti concreti
Relatrice: Maria Giovanna Venturini, formatrice e coach
- h. 20.30 – 21.00 QUESTION TIME E CONCLUSIONI



Per l'intera durata dell'evento sarà attivo un servizio gratuito di baby-sitting con cena riservato ai figli 6-13 anni dei partecipanti all'incontro. I posti per tale servizio sono limitati (n. 20) e verranno assegnati in base all'ordine di arrivo delle iscrizioni, per cui verrà data successiva conferma.

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA: Sportello Conciliazione Confartigianato Imprese Lecco
 tel. 0341-250200, conciliazione@artigiani.lecco.it

SCHEDA DI ISCRIZIONE

da restituire ENTRO VENERDI' 6 DICEMBRE 2019 a conciliazione@artigiani.lecco.it o al fax 0341-250170
 OPPURE ISCRIZIONI ONLINE DIRETTAMENTE SU www.artigiani.lecco.it

partecipante/i _____ TEL. _____ E-MAIL _____

USUFRUIRO' DEL SERVIZIO GRATUITO DI BABY-SITTING CON CENA: SI' NO

se sì: per n. figli _____ età _____ allergie/intolleranze _____

Comunicazione ai sensi del Regolamento UE 679/2016: i dati sopra indicati saranno utilizzati esclusivamente nell'ambito e per le finalità proprie del servizio in oggetto.

L'evento rientra nell'ambito del progetto "SINERGIE E STRATEGIE CONCILIATIVE 2.0" - Iniziativa finanziata da Regione Lombardia a supporto degli interventi di conciliazione famiglia-lavoro (DGR 5969/2016 e relativa proroga DGR 1017/18)