



PercoRSIC
FVG



SEMINARI / WORKSHOP / FOCUS GROUP

SALUTE & SICUREZZA



Pratiche di consapevolezza per il benessere e la sicurezza in azienda

In un **ambiente lavorativo sempre più complesso e frenetico**, il benessere psicofisico dei dipendenti assume un ruolo centrale per **garantire** non solo la **produttività**, ma anche la **sicurezza sul lavoro**.

Il seminario intende offrire alle aziende l'opportunità di scoprire come l'introduzione di pratiche di consapevolezza, scientificamente riconosciute, come lo **yoga e la mindfulness**, possano essere integrate nelle loro politiche aziendali, **promuovendo una cultura del benessere e della sicurezza** che valorizzi il personale come risorsa fondamentale per la crescita e la sostenibilità dell'organizzazione.

Programma e Relatori

*Neuroscienze ed evidenze scientifiche delle pratiche di consapevolezza

Prof. Cristiano Crescentini, Psicologo/Psicoterapeuta, PhD in Neuroscienze, Istruttore di interventi basati sulla Mindfulness, Professore Associato in Psicologia clinica, Direttore del Master di I livello in Meditazione e Neuroscienze, Università degli Studi di Udine.

*Yoga in azienda: dalle pratiche allo "stato"

Dott.ssa Claudia D'Ambrosio, Gestalt Counselor, Business coach e insegnante di Hatha Yoga

*Conclusioni e saluti finali

Modera

*Dott.ssa Marina De Tina
IRES FVG Impresa Sociale
Project manager progetto PercorRSIC*

Sede e date

c/o IRES FVG Impresa Sociale
viale Ungheria 22 Udine
Mercoledì 16 ottobre 2024
dalle 15.00 alle 17.00

Modalità di partecipazione

La partecipazione al seminario è gratuita.

Per motivi organizzativi, è richiesta la registrazione attraverso la **form online della pagina web** dedicata al seminario. In caso di un numero di partecipanti superiore alla capienza dell'aula, verrà data priorità all'ordine di arrivo delle iscrizioni. Il seminario sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di 5 persone.

Verrà rilasciato a conclusione un attestato di partecipazione

Per informazioni

IRES FVG Impresa Sociale
Marina De Tina
tel. 0432 415407
email: detina.m@iresfvg.org

