

POMERIGGIO DI STUDIO

DALLO STRESS NOCIVO AL BENESSERE LAVORATIVO: COME RIGENERARSI OGNI GIORNO

Martedì 9 aprile 2019

ore 14.00 - 17.30

Presso Sala Multiuso – Sant'Antonino

Siamo confrontati quotidianamente con sempre maggiori richieste lavorative che implicano sforzi e che comportano costi fisici o mentali (Demerouti et al 2001). Da un recente sondaggio presso 1194 persone che lavorano in Ticino, nell'assistenza di lunga durata, emerge che il 47% degli intervistati non intende restare nel settore sino al pensionamento.

A fronte di documentati e crescenti conflitti e di sovraccarico lavorativo, sembra che le nostre risorse vadano esaurendosi.

Come poter far fronte alle tante sollecitazioni?

Dopo una presentazione del fenomeno dello stress lavorativo nei suoi dati epidemiologici e nelle sue determinanti, l'obiettivo del pomeriggio di studio è quello di offrire spunti, per favorire la cura e l'incremento delle nostre risorse e del nostro benessere nei luoghi di lavoro.

RELATRICI

Dott.ssa **Pierluigia Verga**, infermiera, pedagoga, psicologa e psicoterapeuta, formatrice CRS
Lic. phil. **Liala Cattaneo**, Coordinatrice del Laboratorio di Psicopatologia del Lavoro, Lugano

Clelia Gugliemetti, docente infermieristica e responsabile formazione presso Settore Corsi di CRS Ticino

Alessandra Ardia, attrice, infermiera, formatrice FORMAS

Gaby Lüthi, attrice, educatrice

MODERATRICI

Sabrina Alippi, assistente sociale e Coordinatrice servizio prevenzione e promozione qualità di vita, Pro Senectute

Sabrina Astorino, segretaria d'organizzazione aggiunta, ATGABBES

DESTINATARI

Tutti i professionisti del settore sociale e sanitario

COSTO

CHF 60.-- (i partecipanti riceveranno un attestato di partecipazione)

ISCRIZIONI

Entro il **25 marzo 2019**, da effettuare tramite formulario online al sito: www.formas-ti.ch



**PRO
SENECTUTE**
PIÙ FORTI INSIEME

ATAN
associazione ticinese
delle strutture d'accoglienza
per l'infanzia

atgabbes
associazione ticinese di genitori ed amici
dei bambini bisognosi di educazione speciale



atis
Associazione Ticinese
delle Istituzioni Sociali

Croce Rossa Svizzera
Associazione cantonale Ticino

