



## Ciclo di seminari informativi gratuiti

Presso "Sala Imbriani" Borgo Val di Taro

**LUNEDÌ 21 SETTEMBRE 20.30**

# LO STRESS DA LAVORO QUANDO FA MALE ALLA SALUTE?

Serata dedicata alla prevenzione dei disturbi da stress correlati al lavoro e alle strategie per ridurre gli effetti dannosi



- Cos'è lo stress? Come influisce sullo stato di salute?
- Quali sono i fattori organizzativi che possono provocare lo stress lavoro-correlato?
- Burnout e sofferenza psicologica nel lavoro
- Tecniche di gestione dello stress

Relatrici

Dott.ssa Emanuela Alfieri  
Psicologa Psicoterapeuta

Dott.ssa Sandra Rossi  
Psicologa Psicoterapeuta

Dott.ssa Valeria Dall'Asta  
Psicologa Psicoterapeuta