

# BENESSERE ORGANIZZATIVO

## Equilibrio armonioso lavoro – tempo libero

Evento in fase di accreditamenti ai fini della FPC



**Seminario laboratoriale per:**

- recuperare il benessere nel quotidiano,
- conoscere i modelli psicologici e neuro scientifici del benessere,
- padroneggiare le tecniche psico-corporee per affrontare al meglio la vita negli aspetti professionali e affettivi,
- gestire in modo efficace lo stress e trasformarlo.

Relatori/formatori:



**Dott.ssa Gabriella Gravili - Formatrice e Coach  
Manageriale per lo Sviluppo del Potenziale Umano,  
Counselor Relazionale.**



**Dott. Ilio Torre – Psicologo, Formatore.**

**Il seminario si svolgerà nelle giornate del 10, 11, 16 e 18 ottobre, dalle ore 15:00 alle ore 19:00, presso la sede dell'ODCEC in Via Sant'Angelo n. 75 a Brindisi.**

**Per iscrizioni ed informazioni rivolgersi al numero della Segreteria:  
tel. 0831 521396;  
mail: segreteria@odcecb.it**