



IL BENESSERE NON SI REGOLA, SI CONQUISTA

Giovedì 28 maggio

Dalle ore 13:30 alle ore 14:15

Con consapevolezza

Relatori: Nicola D'Adamo, Matteo Fontana, Sonia Fioravanti, Daniela Gavioli

Un intervento dedicato al ruolo attivo delle persone nella costruzione del proprio benessere quotidiano

Focus

- consapevolezza
- responsabilità personale
- energia
- equilibrio
- abitudini
- sostenibilità umana
- cultura del benessere

Obiettivo

Superare la logica del benessere come beneficio passivo, promuovendo una cultura fondata su presenza, ascolto, responsabilità e partecipazione attiva delle persone.

Intervengono

Intervengono

Nicola D'Adamo - CEO & Co-Founder di RS Wellbeing, Posturologo e Wellbeing Specialist. Da oltre 15 anni si occupa di benessere organizzativo, energia, postura, stress e sostenibilità umana nelle aziende, sviluppando percorsi innovativi di Wellbeing e cultura organizzativa.

Daniela Gavioli - Psicologa del Lavoro e delle Organizzazioni, consulente e formatrice esperta in fattore umano, salute organizzativa, sicurezza e sostenibilità human centred..

Matteo Fontana - Formatore e professionista dell'apprendimento strategico. Si occupa di crescita personale, gestione mentale, energia e sviluppo delle potenzialità individuali attraverso percorsi formativi innovativi

Sonia Fioravanti - Formatrice e professionista impegnata nella promozione del benessere, della consapevolezza e della crescita delle persone all'interno dei contesti organizzativi.