

ordine degli architetti  
pianificatori, paesaggisti  
e conservatori della provincia  
di monza e della Brianza

fondazione

ordine degli architetti  
pianificatori, paesaggisti  
e conservatori della provincia  
di monza e della Brianza

**Venerdì**  
**11 novembre**  
**ore 14.00 > 17.00**

**AULA VIRTUALE**  
**GoToMeeting**

La partecipazione al corso è a pagamento e  
previa iscrizione attraverso il portale  
[www.ordinearchitetti.mb.it/formazione/offerta-formativa](http://www.ordinearchitetti.mb.it/formazione/offerta-formativa)

**30 posti disponibili**

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:

**ISCRITTI OAMB**  
**€ 10,00**  
esenti IVA art. 10 primo comma n. 20 del DPR 633/1972

**NON ISCRITTI OAMB**  
**€ 15,00**  
esenti IVA art. 10 primo comma n. 20 del DPR 633/1972

Al fine dell'aggiornamento professionale è stato  
ottenuto dal CNAPPC l'accREDITAMENTO di n° 3  
crediti formativi

formazione 2022\_3 cfp

## **COME PREVENIRE E GESTIRE LO STRESS LAVORO - CORRELATO INDIVIDUALE LA RESILIENZA PSICOLOGICA**



### **PRESENTAZIONE DEL MODULO**

Il corso consente l'acquisizione di conoscenze di base in merito ai costrutti teorici proposti ed è mirato allo sviluppo di competenze concrete finalizzate ad una maggiore consapevolezza rispetto al proprio grado di resilienza individuale, con l'acquisizione di strumenti di riflessione e tecniche utili a potenziare la propria resilienza psicologica.

I temi affrontati si focalizzano quindi sul consolidamento della capacità di gestire lo stress, valorizzare le proprie risorse interne, sviluppare flessibilità e attitudine ad affrontare i potenziali fattori di stress lavoro correlato positivamente e proattivamente.

### **RELATORE**

*Dr.ssa PRISCILLA DUSI, psicologa*

Segui l'Ordine su:

