

VENERDÌ 12 LUGLIO 2019

18:30

Lectio Magistralis: "FELICEMENTE STRESSATI"

con **Terenzio Traisci**

Psicologo e comico, speaker e formatore aziendale

20:00

Cena presso il Ristorante di Villa la Sorridente

L'EVENTO SI TERRÀ PRESSO

VILLA LA SORRIDENTE

Via Rivoira Don 24 - San Secondo di Pinerolo

Tel. 0121 503241 - RSVP info@inforelea.academy
prosperityfestival.it

INFOR ELEA È ANCHE SU:



TERENZIO TRAISCI

Psicologo, speaker e formatore aziendale

Sempre più urgenze, scadenze, incomprensioni, nervoso e insoddisfazione sono alcuni dei problemi connessi ad una cattiva gestione dello stress come individuo e in team.

Un prolungato stato di Stress altera il sistema immunitario e l'umore, abbassando le capacità cognitive e comunicative.

Per gestire lo stress si può aspettare che le cose cambino all'esterno, oppure possiamo interpretare le fonti di stress in modo differente, più utile e in condizioni psico-fisiche migliori.

Chi partecipa all'incontro con Terenzio Traisci, avrà imparato, in modo pratico e divertente, come cambiare il proprio umore per far funzionare il cervello al meglio e gestire lo stress.