



**PercoRSIC  
FVG**



SEMINARI / WORKSHOP / FOCUS GROUP

**SALUTE & SICUREZZA**



### **Stress e Benessere: strategie pratiche per migliorare la sicurezza psicologica e ridurre i costi della non sicurezza**

Il seminario, strutturato come momento di confronto dinamico e interattivo, supporta i partecipanti nel **riconoscere e gestire lo stress lavoro-correlato** e i rischi psicosociali, migliorando attenzione, sicurezza e collaborazione. L'intervento combina basi scientifiche e strumenti di mindsight e mindfulness applicata al lavoro, offrendo un'esperienza pratica per comprendere l'impatto dello stress su performance e clima organizzativo. Una survey pre/post rileverà l'impatto immediato su calma, concentrazione e percezione dello stress, offrendo **indicatori utili alla valutazione del rischio e alla progettazione di interventi di benessere organizzativo**.

### **Programma**

• **14:30 – 15:30**

#### **Stress e sicurezza: cosa osservare?**

*Dott.ssa Mirta Sibilia*

Coach e formatrice in metodo dinamico ed olistico, protocolli di riduzione dello stress, benessere organizzativo.

• **15:30 – 16:30**

#### **Stress e sicurezza: come faccio ad osservare?**

*Dott. Marco Folla*

Psicologo e Psicoterapeuta, specializzato in clinica dinamica integrata, trattando ansia, autostima e motivazione, insegnante di Mindfulness e Mindful Eating, conduce gruppi di terapia e crescita personale.

### **Sede e data**

**Online, venerdì 27 febbraio 2026  
dalle 14.30 alle 16.30**

È previsto il rilascio di un  
**Attestato di partecipazione**

### **Modalità di partecipazione**

La partecipazione al seminario è **gratuita**.

Per motivi organizzativi, è richiesta la registrazione **entro il 24/02/2026** attraverso il [form online](#) disponibile nella pagina web dedicata al seminario.

In caso di un numero di partecipanti superiore alla capienza dell'aula, verrà data priorità all'ordine di arrivo delle iscrizioni.

Il seminario sarà attivato al raggiungimento del numero minimo di 5 persone.

### **Per informazioni**

IRES FVG  
Michela Rosso  
Mail [percorsic@iresfvg.org](mailto:percorsic@iresfvg.org)  
Tel. 0432 505479

