



# KRAINO: ESSERE VOCE E NON ECO

## Il pensiero creativo che precede l'innovazione

Ciclo di seminari interdisciplinari interfacoltà  
per l'acquisizione delle soft skill richieste nel mondo del lavoro

Novembre 2017/giugno 2018 - Campus Aurelio Saliceti

Venerdì 22 giugno 2018 • ore 9.30 - Sala delle lauree Facoltà di Giurisprudenza

# LA GESTIONE DEL TEMPO E DELLO STRESS

8.30 - Iscrizione

9.00 - Introduzione

**Alessandra Martelli**

*Docente Facoltà di Bioscienze - Università di Teramo*

**Nicola Serroni**

*Direttore Dipartimento Salute Mentale ASL Teramo*

10.00 - Soffro lo stress: sono stanco e fuori forma

**Natascia Giordani Paesani**

*Dirigente medico Centro Salute Mentale ASL Teramo*

11.00 - La Sindrome del Bianconiglio

**Ida De Lauretis**

*Dirigente medico Centro Salute Mentale ASL Teramo*

12.00 - Tecniche di rilassamento e gestione dello stress

**Annamaria Pizzorno**

*Borsista Psicologa Centro Salute Mentale ASL Teramo*

13.00 - Esecuzione diretta

da parte dei partecipanti di attività pratiche e tecniche apprese durante il corso di formazione

13.30 - Discussione

14.00 - Questionario ECM

14.30 - Chiusura dei lavori

## EVENTO ACCREDITATO ECM PER LE PROFESSIONI SANITARIE

Agli studenti frequentanti saranno riconosciuti CFU in base alle regole applicabili in ciascun Corso di Studi previo accertamento al termine del seminario

Maggiori informazioni: [www.unite.it](http://www.unite.it) - funzione "cerca", digitare "Kraino" [http://www.unite.it/UniTE/Engine/RAServeFile.php/f/News01/Progetto\\_KRAINO.pdf](http://www.unite.it/UniTE/Engine/RAServeFile.php/f/News01/Progetto_KRAINO.pdf)

È gradita la prenotazione: inviare un'email a [kraino@unite.it](mailto:kraino@unite.it)