

Tra identità e aspetti pratici:



LE SFIDE DELLE DONNE DURANTE LA PANDEMIA

Dallo smartworking estremo alla mancanza di lavoro.

In occasione della Giornata Internazionale dei Diritti della Donna 2021 e alla luce dei recenti dati Istat, TecnoAdda propone per il 12 Marzo la partecipazione gratuita al Corso intitolato *Le sfide delle donne durante la pandemia*.

Per il rilascio di **4 crediti RSPP/ASPP e RLS** è previsto un test di apprendimento ed è richiesta una quota partecipativa.



12 Marzo
09.00 - 13.00
VIDEOCONFERENZA

CONTENUTI E MODALITÀ DI SVOLGIMENTO

- Identità personale e professionale tra "sovraccarico" e senso del "vuoto"
- Un approccio contro-intuitivo agli aspetti conciliativi e di gestione dello stress: dalla "to-do list" al mindset
- Collaborare e delegare: due strumenti fondamentali per gestire lo stress al lavoro e rendere il successo possibile ed equilibrato
- Dalla percezione personale alla Sicurezza sul Lavoro: lo stress-lavoro correlato

LA DOCENTE: Dott.ssa Cristina Pedretti

Life & Corporate Coach e formatrice con oltre dieci anni di esperienza, specializzata in empowerment femminile e work-life balance.



Il Corso è regalato a tutti i partecipanti, ma vogliamo sensibilizzare su questi importanti temi e segnalare l'opportunità di lasciare **una donazione a sostegno del Centro di Aiuto per le Donne Maltrattate di Monza**.

Sul sito C.A.DO.M si trovano informazioni dettagliate riguardo all'attività di accoglienza, ricerca e diffusione di conoscenze e solidarietà contro la violenza di ogni tipo che il Centro porta avanti da anni sul nostro territorio.

Per iscrizioni: formazione@teconoadda.com | 0341 281459

