



1° Corso La Gestione dello Stress (8h)

LEZ.	RELATORI	DURATA	DATA - ORARIO - ARGOMENTO
1	Dott.ssa Zanoni Emanuela	4h 00m	<p style="text-align: center;">Lunedì 12 Giugno 2023 Dalle ore 09.00 alle ore 13.00</p> <hr/> <p>La Gestione dello Stress – 1° parte</p> <ul style="list-style-type: none">• Rischi di natura psicosociale nell'ambito professionale (parte prima).• Lo Stress: elementi, meccanismi, fasi e ripercussioni.• Eustress e Distress: due facce di una medesima medaglia.• Tecniche di psicologia comportamentale per affrontare al meglio situazioni stressanti.
	Dott.ssa Zanoni Emanuela	4h 00m	<p style="text-align: center;">Dalle ore 14.00 alle ore 18.00</p> <hr/> <p>La Gestione dello Stress – 2° parte</p> <ul style="list-style-type: none">• Rischi di natura psicosociale nell'ambito professionale (parte seconda).• Mobbing, Burnout e PTSD: definizioni, modalità, ripercussioni.• Elementi in comune e differenze nelle diverse manifestazioni.• Resilienza ed Autoefficacia quali strumenti di prevenzione.

Sede: Collegio Geometri e Geometri Laureati della provincia di Brescia

[LINK](#) per iscrizione al Corso:

<https://collegiogeometridibrescia.webex.com/weblink/register/r2d6e62380653c7648f3f4210f8e11351>

DURATA COMPLESSIVA: 8h

CREDITI FORMATIVI PROFESSIONALI: 8 CFP con il 90% della presenza

La **quota di iscrizione**, da pagare contestualmente all'iscrizione al corso, corrisponde a:

€ 45,00 per geometra regolarmente iscritto all'Albo o docente in materie tecniche degli Istituti ad indirizzo C.A.T.- Geometra della Provincia di Brescia;

€ 65,00 per non iscritto all'Albo geometri o geometra non in regola con le quote d'iscrizione all'Albo;

€ 15,00 per iscritto al Registro Praticanti del Collegio di Brescia.

€ 20,00 per neo-isritti albo del Collegio di Brescia.

Il pagamento della quota è da corrispondere tramite Bonifico Bancario alle seguenti coordinate:

IBAN: IT34W0538711210000042679486

Intestato a: COLLEGIO GEOMETRI E GEOMETRI LAUREATI

Causale: corso n.40



In caso di mancata presentazione dell'iscritto al corso, il Collegio Geometri sarà autorizzato ad emettere ricevuta per l'intero importo ed a trattenere la quota versata, fatta salva la possibilità dell'iscritto di richiedere rimborso entro la data di inizio del corso. Per esigenze di natura organizzativa e didattica, il Collegio si riserva la facoltà di modificare il calendario delle lezioni.

Con l'occasione ricordiamo che:

- l'omissione della timbratura o della firma ad ogni lezione sul registro presenze non darà diritto all'acquisizione di crediti formativi;
- non verranno in alcun modo ritenute valide eventuali altre dichiarazioni a giustificazione della propria frequenza;
- il Collegio non può garantire alcuna possibilità del recupero di eventuali date perse.