

AULA TEMATICA

p r i m o p i a n o

Aula PSICOLOGICA

*Gestire i conflitti, valorizzarsi, esprimere
il proprio potenziale e controllare lo stress:
bilanciare le emozioni per vivere meglio*

10.30 Autostima, un problema femminile?

con Stefania Baucé, *consulente* di Wise Growth

11.30 Come gestire i conflitti tra donne

con Lucilla Bottecchia, *consulente* di Wise Growth

12.30 Dalla differenza alla discriminazione e ritorno:

essere donna nel mondo del lavoro tra scherzi di cattivo gusto e sessismo

con Luisella Brusa, *presidentessa associazione Alia*

14.30 Uomini e donne al lavoro: AAA cercasi interprete

con Alessio Miceli, *membro dell'associazione Maschile Plurale e insegnante di diritto e psicologia*

15.30 Mindfulness antistress

con Grazia Pallagrosi, *giornalista e istruttrice di mindfulness*

16.30 Liberare il proprio potenziale grazie alla recitazione

con Elena Vanni, *attrice, formatrice teatrale e direttrice artistica del Festival Domina Domna di Bergamo*

*A cura di Silvia Locatelli e Micaela Tenace,
giornaliste di Elle*