

ATDAL OVER 40 – Associazione di Promozione Sociale

ha il piacere di presentare l'incontro formativo:

«**ACTIVE AGING: tra senescenza, benessere e longevità**»

In un mondo completamente trasformato, anche l'anzianità non è più quella di una volta. Oltre ai bioritmi e agli stili di vita personali, sono cambiate anche le condizioni sociali, spostando sempre più avanti l'orologio della cosiddetta età senile. Questo significa che avere oggi cinquanta o sessanta anni è molto diverso dall'averli avuti anche solo vent'anni fa. Ma la domanda fondamentale rimane: cosa significa "invecchiamento attivo" (Active Aging) ? E soprattutto: come si fa a mantenere il benessere per una longevità complessivamente soddisfacente? In questo incontro, progettato e condotto da **Stefano Greco**, psicologo, formatore, saggista, proveremo a dare insieme alcune risposte.

Gli argomenti che saranno trattati:

- "La vita è uno stato mentale": il potere della nostra mente
- Cosa significa "invecchiamento attivo"
- I cambiamenti nella vita e il passaggio del tempo
- La personale biografia e il valore della nostra storia
- "Mai dire mai": sviluppare l'attitudine mentale positiva
- Risorse personali, strategie comportamentali e stili di vita per l'active aging
- Nutrire lo spirito: apprendimento costante, umorismo, creatività, relazioni, benessere e *bellessere*
- Un modello di Psicologia della Salute da vivere ogni giorno: "La ruota del benessere"
- La riscoperta della felicità dentro di noi: cura di sé, gratitudine, generosità
- Cosa porto con me dall'incontro: sintesi personale

Ai partecipanti verrà inviata via mail la dispensa coi contenuti del corso.

Per ulteriori informazioni sul corso scrivere a: stefano.greco67@gmail.com

Quota individuale di partecipazione: € 25,00 (ridotta ad € 20,00 per i soci di ATDAL Over 40)

DATA DI SVOLGIMENTO: mercoledì 26 giugno 2024

ORARIO: 14.00 – 17.30

SEDE: Sala riunioni CSV Lazio ETS - Centro di Servizio per il Volontariato - Via Liberiana 17 - Roma

TERMINE DELLE ISCRIZIONI: 15 giugno 2024

**PER CONFERMARE LA PARTECIPAZIONE INVIARE UNA EMAIL A: infolazio@atdal.it
CON ALLEGATO COPIA DEL BONIFICO E METTERE IN OGGETTO:
CONFERMA PARTECIPAZIONE CORSO 26 GIUGNO 2024**

Modalità di pagamento della quota d'iscrizione di € 25,00 (€ 20,00 per i soci di ATDAL Over 40):

1. Bonifico intestato ad Associaz. ATDAL OVER 40 – presso Banca di Credito Cooperativo di Roma – Ag. 146 - Roma – causale: incontro formativo - IBAN: IT 87 L 08327 03254 000000001259
2. Tramite Paypal o con carta di credito, cliccando su “Donazione” nella home page www.atdal.eu

I dati personali verranno trattati come indicato nel sito al link <https://www.atdal.eu/?s=privacy>



Stefano Greco è un libero professionista delle Risorse Umane attivo dal 1992. Psicologo iscritto all'Albo della Regione Lazio. Progetta e svolge corsi di Formazione su temi manageriali, commerciali, organizzativi, didattici e di orientamento, operando in modo trasversale per le organizzazioni di ogni settore e tipologia. Offre supporti specialistici nei processi di selezione e valutazione del personale aziendale. Docente del Corso Base Risorse Umane nell'era digitale e globale dell'Università Europea di Roma Academy. Docente di moduli manageriali nel Master Gestione Risorse Umane in LUMSA. Collabora con Trentino School of Management come docente nei corsi sulla cultura e lo sviluppo del lavoro agile. Divulgatore di temi legati alla psicologia del lavoro, alla psicologia sociale e alla psicologia dell'innovazione. Ha pubblicato 12 saggi (con Franco Angeli, Piccola Biblioteca di Impresa INAZ, Edizioni Il Cilegio, Phasar Edizioni) e circa 60 articoli per riviste e blog di settore.

COME SI RAGGIUNGE LA SEDE DELL'INCONTRO ?

Via Liberiana 17 è in pieno Centro storico, a lato della Basilica di S. Maria Maggiore. Coi mezzi pubblici: uscendo dalla stazione ferroviaria e Metro A/B Termini sono 5 minuti a piedi. La zona è raggiungibile anche grazie ad un buon numero di linee di autobus.

... e ricordate in sede di dichiarazione dei redditi di **indicare / far indicare il codice fiscale 97337300152** dell'Associazione per donare il 5x1000 dell'Irpef !



*1000 volte grazie a tutti voi per la fiducia che ci dimostraste!
Coi contributi, le idee, il volontariato gratuito dei soci e dei simpatizzanti, le iscrizioni ed i rinnovi ATDAL OVER 40 può continuare il proprio viaggio verso il Venticinquennale ...*