

SEMINARIO

→ *L'evento si svolgerà in videoconferenza* ←

**DALLA RESILIENZA ALL'ANTIFRAGILITA'**  
***5 consigli per gestire lo stress ai tempi del Covid-19***

**MERCOLEDÌ 2 DICEMBRE 2020**

*Orario: 10.00 - 13.00*

**RELATORE**

**Samantha Marcelli**

*Hr Senior Consultant e Trainer Coach*

[www.tiforma.it](http://www.tiforma.it)



## Presentazione

La sfida del nostro vivere in una realtà VUCA - volatile, incerta, complessa, ambigua - sta raggiungendo in questo periodo un picco impreveduto per intensità e pervasività. Siamo stati tutti coinvolti in un cambiamento repentino di abitudini, ed il timore per la nostra salute e la nostra vita, e per quella dei nostri cari, si è unito indissolubilmente ai ritmi delle nostre giornate trascorse in una condizione di lock down.

Lo stress causato da quello che stiamo vivendo avrà effetti a breve, medio e lungo termine. Ora non si tratta solo di essere solo resiliente, cioè di tornare quelli che eravamo prima, o di scoprire i benefici dell'eustress. E' urgente passare tutti all'antifragilità, acquisendo la capacità cioè di beneficiare di imprevisti, incertezze e difficoltà, per ora e per sempre.

Nessuno di noi sa quello che succederà. Possiamo fare proiezioni e previsioni. E lo stiamo facendo. Ma la verità è che al momento nulla vi è di certo. Non sappiamo quando le persone potranno uscire di casa normalmente e non sappiamo come torneranno a farlo, come torneremo a farlo. In tutta questa situazione abbiamo solo una certezza: noi stessi. Questo è il momento di conoscerci, di fare un'analisi attenta del nostro business, delle nostre aziende e prepararci a vivere un mondo che, anche se non sappiamo come, sarà sicuramente diverso da quello che abbiamo conosciuto finora. Questo è il momento di essere svegli, attenti, pronti per poterci attivare quando tutto ripartirà, seppur in modo diverso. Per farlo ci servono energie. E l'energia ora dobbiamo trovarla in noi, attivarla, alimentarla, mantenerla. Perché quella che stiamo vivendo non è una centometri ma una maratona. Ci servono tattiche. Ci servono strategie.

In questo seminario stimoleremo il pensiero critico e laterale, acquisiremo tecniche per massimizzare l'efficacia delle azioni da intraprendere in questo momento.

## Programma

**\*Ore 9.30 - Verifica connessione e funzionalità strumenti di condivisione**

1. La ruota della vita di una azienda
2. Time management ai tempi del coronavirus
3. Tre cervelli e 6 cappelli
4. Dalla Resilienza all'antifragilità
5. Essere e fare in rete

### DESTINATARI

Manager, impiegati e professionisti con l'esigenza professionale e/o personale di gestire efficacemente lo stress quotidiano per creare nuovi equilibri tra benessere e produttività



### MODALITÀ DI PARTECIPAZIONE

L'evento si svolgerà in videoconferenza. Le istruzioni operative saranno fornite ai partecipanti qualche giorno prima dello svolgimento del seminario.



Segreteria organizzativa:  
Violetta Fusco  
vfusco@tiforma.it

Ti Forma S.r.l.  
Via Giovanni Paisiello, 8  
50144 Firenze  
Tel. 055-210755 (Tasto 2)  
Fax 055 291715  
P.IVA/C.F. 04633850484  
www.tiforma.it



**Informativa Clienti Formazione- Articoli 13 e 14 del Regolamento (UE) 2016/679**
**Privacy notice (o informativa essenziale)**

<b>Chi è il titolare del trattamento?</b>	<b>TI FORMA S.R.L.</b>	Indirizzo: Via Giovanni Paisiello, 8 - 50144 Firenze Tel. 055 210755 email: <a href="mailto:info@tiforma.it">info@tiforma.it</a>
<b>Chi è il responsabile della protezione dei dati?</b>	DPO	<a href="mailto:dpo@tiforma.it">dpo@tiforma.it</a>
<b>Chi sono i destinatari?</b>	responsabili esterni del trattamento ed eventuali ulteriori titolari e/o contitolari	-istituti bancari per la gestione di incassi e pagamenti -società e studi legali per la tutela dei diritti contrattuali e/o che si occupano di recupero del credito -società di elaborazione dati e di servizi informatici (es. web hosting, data entry, gestione e manutenzione infrastrutture e servizi informatici, ecc.); -consulenti esterni per fini amministrativi -eventuali partners ai fini dello svolgimento di eventi organizzati insieme La comunicazione può avvenire anche nei confronti dell'amministrazione finanziaria, degli enti pubblici di vigilanza e controllo nei confronti dei quali il Titolare deve adempiere a specifici obblighi.
<b>Cosa sarà fatto dei tuoi dati personali?</b>		
<b>I dati personali saranno trattati:</b>	<b>il trattamento avviene in base a:</b>	<b>Dati trattati:</b>
per la gestione dell'ordine	contratto in essere	Ragione sociale azienda, partita IVA e/o codice fiscale, indirizzo fisico e telematico, numero di telefono, fax, PEC
per l'esecuzione e la gestione del rapporto contrattuale instaurato	adempimento di attività conseguenti al rapporto instaurato e regolamentate per il settore di mercato del titolare del trattamento	
per la fornitura del servizio acquistato		numero di telefono fisso e/o mobile e indirizzo telematico
per la fatturazione e il pagamento		
per l'attività di assistenza alla clientela sui servizi venduti e/o la trattazione dei reclami		
per l'adempimento di obblighi di legge dipendenti dal rapporto contrattuale	obblighi fiscali e contabili e di controllo dell'attività e dipendenti dalla normativa di settore; obblighi di monitoraggio e di vigilanza cui è sottoposta l'attività svolta dal titolare del trattamento	Ragione sociale azienda, partita IVA e/o codice fiscale, indirizzo fisico e telematico, numero di telefono, fax, PEC
per la comunicazione a destinatari e/o terzi in dipendenza del rapporto contrattuale e degli obblighi che ne derivano	legittimo interesse del titolare del trattamento o di terzi e destinatari	
per la loro archiviazione e conservazione	obblighi di legge di natura contabile e fiscale o per l'esercizio dei diritti dipendenti dal contratto con il Titolare	
per l'adempimento degli obblighi di sicurezza informatica	legittimo interesse del titolare del trattamento o di terzi e destinatari	
<b>Quali dati personali verranno trattati?</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>o Ragione sociale azienda, partita IVA e/o codice fiscale, indirizzo fisico e telematico, numero di telefono, fax, PEC, posizione professionale, data e luogo di nascita, dati iscrizione all'ordine professionale</li> </ul>		

Ti informiamo che puoi esercitare in qualsiasi momento il diritto di reclamo all'Autorità competente e gli altri diritti previsti dagli artt. 15 e ss. del Regolamento Europeo (UE) 2016/679.

Per maggiori informazioni consulta l'informativa Clienti Formazione completa al seguente link <http://www.tiforma.it/privacy-e-cookie/informativa-completa-clienti-formazione/> o contattaci all'indirizzo mail [info@tiforma.it](mailto:info@tiforma.it)

Ti Forma s.r.l.  
 Via Giovanni Paisiello, 8 - 50144 FIRENZE  
 Tel 055 210755 - Fax 055 291715  
[info@tiforma.it](mailto:info@tiforma.it) - [tiforma@boxpec.it](mailto:tiforma@boxpec.it) - [www.tiforma.it](http://www.tiforma.it)

C.F. P.IVA e Registro Imprese  
 04633850484  
 REA Firenze 467115  
 Capitale Sociale: Euro 172.884,50 i.v.