

lunedì 26 febbraio | ore 17.30

PERDERE LA TESTA?

IL RUOLO DELLE EMOZIONI NELLA NOSTRA VITA

Prof. Giampaolo Robert Perna

Intervengono: *Federico Visconti, Massimiliano Serati*

mercoledì 13 marzo | ore 17.30

MAL DI TESTA: SINTOMO O MALATTIA?

Dr. Maurizio Versino

Interviene: *Eliana Minelli*

mercoledì 17 aprile | ore 17.30

SPORT. COME PRATICARE ATTIVITÀ FISICA

IN SALUTE? I CONSIGLI DEGLI SPECIALISTI

Dr. Antonio Giardella, Dr. Alessandro Quaglia

Interviene: *Patrizia Tettamanzi*

mercoledì 15 maggio | ore 17.30

COSTANZA A TAVOLA: DODICI REGOLE

PER L'ALIMENTAZIONE

Dr.ssa Elisabetta Macorsini

Interviene: *Massimiliano Serati*



Alla LIUC proseguono le iniziative di well-being in ottica di **sostenibilità sociale**. Tra queste, il ciclo di seminari scientifici **Formazione e Salute** giunti alla terza edizione che l'Ateneo da qualche anno dedica al personale docente e amministrativo, agli studenti e a tutta la comunità esterna.

I temi in agenda riguardano il ruolo delle **emozioni nella vita** di ciascuno, le **cefalee**, lo **sport**, l'**alimentazione** e saranno trattati da specialisti di **Humanitas Mater Domini**, dei **Centri Medici Humanitas Medical Care** e da docenti di **Humanitas University**.

L'iniziativa è promossa nel contesto della **Terza Missione LIUC** dal Servizio **Counseling and Well-being** e insiste sull'importanza della consapevolezza e della conoscenza, quali elementi fondanti il benessere individuale e della comunità.

PER INFO
E ISCRIZIONI

