



Via Santa Maria 27  
CH-6596 Gordola  
tel: 091 730 90 25  
corsi@fpce.ch  
www.fpce.ch



Invito al pomeriggio di formazione per formatori

## **LA GESTIONE DEL TEMPO PER VIVERE MENO STRESSATI E STRESSARE MENO CHI CI CIRCONDA**

**venerdì 9 marzo 2018**

presso il centro di formazione AIET a Gordola





## Data e Luogo

Data: **venerdì 9 marzo 2018**  
Luogo: Centro di formazione AIET, Gordola

## Programma

14:00 - 14:15	Benvenuto, presentazione ed introduzione
14:15 - 15:00	Novità eduQua e educanet2. Relatore e responsabile per FPSE: Michele Tulipani
15:00 - 15:15	Pausa
15:15 - 17:30	La gestione del tempo per vivere meno stressati e stressare meno chi ci circonda Relatore: Marco Antonio Rovatti, Coach
17:30 - 18:00	Sintesi, domande e conclusioni
18:00	Invito all'aperitivo

## Iscrizioni

Iscrizioni per e-mail all'indirizzo: [corsi@fpce.ch](mailto:corsi@fpce.ch)  
È gradita la conferma di partecipazione entro il: **2 marzo 2018**

## Contenuto del pomeriggio

Novità eduQua e educanet2:

- istruzione e utilizzo formulari didattici e metodologici richiesti dal manuale eduQua
- istruzione portale educanet2: accessi, possibilità e strumenti

La gestione del tempo per vivere meno stressati e stressare meno chi ci circonda:

La gestione del tempo è un tema sempre presente nell'essere umano e lo è ancor di più in questa società che sembra essere tutta (o quasi) votata alla corsa.

Gestire male il proprio tempo, oltre a farci perdere le coincidenze ferroviarie, può alla lunga avere delle riverberazioni negative sulla nostra salute.

In questo seminario si mette l'accento sui pericoli da evitare e sulle buone pratiche da mettere in atto per vivere meno stressati e stressare meno chi ci circonda.

## Relatore

Attivo nel mondo della Formazione Aziendale dal 1988, Marco Antonio Rovatti si è diplomato alla Scuola di direzione aziendale dell'Università Luigi Bocconi in Store Management nel 1999, ha ottenuto il Certificato Federale Formazione per adulti presso l'Istituto Universitario Federale per la Formazione Professionale nel 2011 e di seguito il Certificato Studi Avanzati, Fondamenti della Validazione Apprendimento Esperienziale presso l'Istituto Universitario Federale per la Formazione Professionale nel 2011.