

## **S102**

### **“Lavorare da casa senza stress”**

Lavorare da casa senza stress è un corso che vuol dare un supporto specifico nel comprendere il corretto significato di lavoro agile nei suoi risvolti psicologici ed organizzativi e offrire alcune linee guida su come gestire il proprio ruolo professionale con responsabilità sui risultati, maggior autonomia e capacità di organizzare le attività in funzione degli obiettivi assegnati e della conciliazione possibile tra tempo personale e tempo lavorativo, prevenendo stress e tensioni che il lavoro da casa può comportare.

### **DURATA**

1 giorno

### **DATE**

30 ottobre 2025

### **ORARIO**

9.00-13.00/14.00-17.00

### **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

euro 460,00 + IVA (la quota è esente da IVA se corrisposta da Enti pubblici)

### **RELATORE**

#### **Dott. Stefano Greco**

Psicologo, Formatore, Consulente di Direzione aziendale, Saggista

Da oltre trent'anni svolge l'attività di Formatore e Consulente per le Organizzazioni di ogni settore, tipologia e dimensione. I temi sviluppati nella Formazione sono legati alla managerialità, alla comunicazione, al benessere organizzativo e allo sviluppo delle persone.

Ha pubblicato dodici saggi e sessanta articoli specialistici su riviste e blog

### **PROGRAMMA**

- Nuovi modi di lavorare e di pensare al lavoro
- Analisi delle caratteristiche del lavoro agile dal punto di vista psicologico e organizzativo.
- Dal «tempo contenitore» (*quanto lavoro*) al «tempo valore» (*come lavoro*).
- Curare l'equilibrio tra vita privata e attività lavorativa
- Focalizzare gli obiettivi e le priorità
- Programmazione, pianificazione e monitoraggio delle attività
- Dare feedback al proprio responsabile e gestire la comunicazione
- Sviluppare l'autonomia: gestione del ritmo lavorativo e delle pause
- La responsabilità dei risultati
- Collaborare con il proprio responsabile in modo costruttivo e reciprocamente soddisfacente
- Piano d'azione individuale da mettere in pratica nell'operatività

### **RILASCIO DELL'ATTESTATO DI FREQUENZA E PROFITTO**

Il CEIDA ha presentato domanda di rinnovo dell'accreditamento presso la Regione Lazio, a seguito dei lavori di adeguamento delle strutture finalizzati a garantire la piena accessibilità, in conformità alla normativa vigente. In attesa della conferma dell'accreditamento, l'attestato di frequenza e profitto verrà comunque rilasciato, con riserva, secondo le modalità previste dalla normativa attualmente in vigore.

### **RACCOMANDAZIONE IMPORTANTE**

Si informa che l'attivazione del corso avverrà esclusivamente a seguito di comunicazione scritta da parte del CEIDA.

Pertanto, si sconsiglia vivamente di effettuare prenotazioni o acquisti di titoli di viaggio, pernottamenti o altri servizi connessi, prima di aver ricevuto tale conferma ufficiale, comprensiva della modalità di erogazione del corso (in presenza o a distanza).

CEIDA declina ogni responsabilità per eventuali spese sostenute anticipatamente e non potrà essere ritenuto in alcun modo tenuto a rimborsi o compensazioni di natura economica o altra.