



***WELLNESS DAY:
FOOD & LIFE BALANCE***





Rebis ha risposto alla sfida organizzando un **Workshop di 4h** presso **Palace Hotel Como** all'interno del kick off annuale del cliente. ...



Manager italiani ed europei sono stati chiamati a confronto, in sessioni parallele di lingua **italiana ed inglese**, sui temi...



ALIMENTAZIONE



TECNOSTRESS



Esperte nutrizioniste per il tema del **food balance**:

- **La piramide alimentare**
- **I principi nutritivi e la corretta ripartizione nutrizionale giornaliera**
- **esempi concreti per un «lunch time» salutare in ufficio**

Esperti psicologi di internet per il tema del **life balance**:

- **Le dinamiche del Tecnostress**
- **Comportamenti agiti nei confronti della tecnologia**
- **Uso ed abuso degli strumenti social**

...Alcuni commenti...

«L'interazione creata in aula permette spunti di conversazione continuativa al di fuori del meeting stesso»

«L'impatto emotivo dei trailer mostrati ha creato riflessioni su quanto l'approccio alla tecnologia possa influire sul rapporto interpersonale»