



Università
degli Studi di
Messina
DIREZIONE GENERALE



COMITATO UNICO
di GARANZIA
Università degli Studi di Messina

Corso di formazione

“Benessere organizzativo e gestione dello stress”

12 marzo 2026

dalle ore 8.30 alle ore 14.30

durata complessiva n. 6 ore

Obiettivo

L'attività formativa si propone di offrire ai partecipanti un'occasione di riflessione e crescita personale, con l'obiettivo di migliorare la qualità della vita lavorativa. Mira a sviluppare una maggiore consapevolezza dei fattori che influenzano il benessere organizzativo, considerato una leva fondamentale per la produttività e la soddisfazione professionale, fornendo al contempo strumenti pratici per riconoscere e gestire le situazioni di stress.

Attraverso l'analisi di strategie e buone pratiche, verrà approfondito il ruolo del medico competente e delle figure aziendali responsabili della tutela della salute, con particolare attenzione agli aspetti medico-legali connessi al burnout. Sarà inoltre dedicato spazio alle tecniche di gestione del tempo, essenziali per ridurre le pressioni quotidiane e favorire un equilibrio più armonico tra vita personale e professionale.

L'iniziativa intende infine proporre un approccio integrato, che combina conoscenze teoriche e strumenti operativi, per supportare i lavoratori nella costruzione di un ambiente di lavoro più sano, motivante e resiliente.

PROGRAMMA

Ore 8:30

Prof.ssa Giovanna Spatari: *Magnifica Rettrice*

- Saluti Istituzionali

Ore 9:15

Prof.ssa Concettina Fenga: *Ordinaria di Medicina del lavoro (UniMe)*

- Benessere organizzativo e qualità del lavoro: strategie e buone pratiche

Ore 10:30

Dott. C. Mario Giorgianni: *Responsabile ufficio del Medico Competente (AOU “Gaetano Martino” - Messina)*

- Il ruolo del medico competente nella promozione del benessere organizzativo

Ore 11:45

Prof.ssa Gabriella Martino: *Ordinaria di Psicologia clinica (UniMe)*

- Il ruolo del tempo nella gestione dello stress e nella promozione del benessere lavorativo

Ore 13:00

Prof.ssa Daniela Sapienza: *Ordinaria di Medicina legale (UniMe)*

- Aspetti medico-legali del burnout

Ore 14:00

Sessione conclusiva di confronto e chiarimenti