



# INTERNATIONAL STRESS AWARENESS DAY DOES HI TECH CAUSE HI STRESS ?

III EDIZIONE ITALIANA

## Ore 10.30 - INIZIO DEI LAVORI

**Saluto di benvenuto della Dirigente Scolastica del Liceo Moscati**  
Prof.ssa Anna Sturino

## Saluto di Benvenuto delle Autorità

## HI TECH, HI-STRESS: IL MALE DEL VIVERE

Dott. Pier Michele Mandrillo  
(Medico Chirurgo)

## ALIMENTAZIONE, NUTRIZIONE E STRESS: i consigli dell'esperto

Dott. Orazio Motolese  
(Biologo-Nutrizionista)

## STRESS E MENTE: il ruolo della psicologia nella gestione dello Stress

Dott.ssa Emidia Piccinni  
(Psicologa)

## LA MEDITAZIONE, UNA PILLOLA ANTISTRESS: imparare meditando

Prof.ssa Paola De Marzo  
(Docente di Lettere - Esperta in discipline bioenergetiche)

## CONCLUSIONI



# GIOVEDÌ 8 NOVEMBRE 2018

AULA MAGNA MONTELEONE via sant'Elia - Liceo Moscati - Grottaglie

ANNA STURINO  
Dirigente Scolastica

[www.liceomoscati.gov.it](http://www.liceomoscati.gov.it)