



S E M I N A R I O  
C O N C L U S I V O  
S T U D E N T W E L L



**Martedì 30 maggio 2023**

dalle 9:00 alle 13:00 e dalle 14.30 alle 17.00

**Scuola di Agraria**

Piazzale delle Cascine, 18 (Firenze)



## PROGRAMMA

### STRESS E ANSIA DA ESAME

9:00 Accoglienza 1° Sessione

9:15 - 10:45 sessioni parallele:

- Alexander Technique, in Aula Magna (*in inglese*)
- Training autogeno, in Aula I (*in inglese*)

10:45 - 11:15 Coffee break

11:15 Accoglienza 2° Sessione

11:30 - 13:00 sessioni parallele:

- Pratiche di consapevolezza, in Aula Magna (*in italiano/inglese*)
- Forest Bathing, Portico Scuola di Agraria (*in inglese*)

### StudentWell

14.30 - 17.00 Presentazione del progetto e sviluppi futuri

