



Università
degli Studi
di Palermo

SUM Scienze
Umanistiche
UniPa

2024 © Copyright UniPa

Stress nemico invisibile

Body Mind Lab

A cura di:
**Elisabetta Di Stefano e
Dana Svorova**
(Dipartimento di
Scienze Umanistiche)

LABORATORIO DI COMPETENZE TRASVERSALI

Aperto a
tutti gli studenti
dell'Università
degli Studi
di Palermo

La partecipazione
prevede:

3 cfu
per gli studenti
di Scienze Umanistiche

L'open badge 
per tutti gli studenti
dell'Ateneo

Info e iscrizioni: dana.svorova@unipa.it



Inquadra
il Qr-Code
per scaricare
il programma

11 settembre 2025, ore 15,30-18,30

LEZIONE INAUGURALE: Complesso Monumentale dello Steri
Chiesa di Sant'Antonio Abate
PIAZZA MARINA 61, PALERMO

SALUTI ISTITUZIONALI:

Massimo Midiri, Rettore dell'Università degli Studi di Palermo

Luisa Amenta, Prorettrice al Diritto allo studio e all'Innovazione
dei processi di apprendimento

Carla Cannizzaro, Delegata per le iniziative di Ateneo in materia di prevenzione
delle dipendenze patologiche e di promozione di benessere

Francesco Cappello, Prorettore alla Vita studentesca

Ada Maria Florena, Prorettrice alla Vivibilità e al Benessere Lavorativo

Cristiano Inguglia, Salvatore Gullo, Coordinatori progetto "Pro-bene-comune"

Rosario Schicchi, Direttore dell'Orto Botanico di Palermo

PRESENTAZIONE DEL PROGETTO:

Body-Mind Lab: un percorso esperienziale verso il benessere integrato

Elisabetta Di Stefano, Dana Svorova, Salvatore Tedesco, Dipartimento
di Scienze Umanistiche

12-25 settembre 2025

Durante il laboratorio *Body-Mind Lab* verranno affrontate tematiche
legate alla gestione dello stress, con l'obiettivo di fornire strumenti teorici
e pratici per ristabilire il benessere psico-fisico e migliorare la qualità
della vita di tutti i giorni.

LEZIONI TEORICHE: Dipartimento di Scienze Umanistiche
VIALE DELLE SCIENZE, ED. 12

LEZIONI ESPERIENZIALI: Orto Botanico di Palermo
VIA LINCOLN, 2