

Invito

La salute mentale sul posto di lavoro: prevenzione, supporto e inclusione

Conferenza, 21 ottobre 2026, Sala Verde (Zelena dvorana), Camera regionale dell'artigianato e dell'imprenditoria di Capodistria, Staničev trg 1, Capodistria

La salute mentale sul posto di lavoro non è più un tabù: è un fattore chiave che influenza il benessere dei dipendenti, il successo delle organizzazioni e la resilienza della comunità.

In occasione della Giornata della salute mentale, **l'Istituto nazionale di salute pubblica (NIJZ) - Unità di Capodistria, nell'ambito del Programma nazionale per la salute mentale MIRA, e il Centro per le ONG dell'Istria e del Carso - ISKRA**, vi invitano alla conferenza dedicata a tutti coloro che nel proprio lavoro affrontano le sfide del carico mentale: dipendenti, datori di lavoro, volontari e rappresentanti delle organizzazioni non governative.

Durante la giornata esploreremo insieme come riconoscere i segni del disagio psicologico, come prevenire il burnout e come creare un ambiente di lavoro che favorisca il benessere. La parte centrale dell'evento sarà **la tavola rotonda "Tra dedizione e burnout: sfide e soluzioni per la resilienza dei dipendenti e dei volontari nelle ONG"**, dove i rappresentanti del settore non profit parleranno apertamente delle sfide che incontrano nel loro lavoro.

PROGRAMMA

- 9.00–9.30** Registrazione
- 9.30–9.45** Saluti introduttivi e presentazione della salute mentale nella regione – *Nevenka Ražman, NIJZ OE Koper*
- 9.45–10.15** Quando il disagio psicologico interrompe il lavoro – *Adelisa Huskić, Mojca Tavčar, Centro per la salute mentale degli adulti di Capodistria*
- 10.15–10.35** Disoccupazione e salute mentale – *Daira Balta, Katja Vatovec, Ente per l'impiego della RS, Ufficio di Capodistria*

10.35–11.05 Un sonno sano: pilastro della salute e della capacità lavorativa – *Brigita Zupančič*
Tisovec, NIJZ OE Novo mesto

11.05–11.20 Pausa caffè

11.20–12.20 Tavola rotonda "Tra dedizione e burnout: sfide e soluzioni per la resilienza dei dipendenti e dei volontari nelle ONG" – *Urška Jež (Mesto žensk), Mojca Babuder (Zavod Podjetni), Marko Zevnik (Zavod Sopotniki), Sara Brkić (Zavod Cona b.p.); modera Borut Jerman, PiNA*

12.20–12.40 Interrompi la sedentarietà, muovi il corpo e sciogli la tensione – *Katja Koren, ZVC Koper, ZD Koper*

12.40–13.25 Pranzo

13.25–13.55 Cibo per la mente – *Erika Glešičič, CKZ Izola, ZD Izola*

13.55–14.15 Prevenzione dell'esaurimento e del burnout – *Polona Černigoj, CKZ Postojna, ZD dr. Franca Ambrožiča Postojna*

14.15–14.30 Conclusione

È in corso la procedura per l'accreditamento dei punti formativi per medici e infermieri.

La partecipazione alla conferenza è gratuita. Le iscrizioni sono aperte fino a lunedì **13 ottobre 2026**, [QUI](#).

Per qualsiasi domanda siamo disponibili agli indirizzi Natalija.Korent@nijz.si e info@sticisce-iskra.si.