

EVENTO WHAT'S THE PRO-BEN? ----- 9/10/25

Promozione del benessere
psico-fisico della popolazione
studentesca.

📍 Sala T2 Polo Zanotto
Viale Università, 4
Verona

Per iscriverti all'evento

CLICCA QUI

Programma:

13.30 | Saluti istituzionali

13.50 | *Intermezzo musicale* 🎵

Marco Orlini (tromba)
e Federico Donadoni (pianoforte)*

Il progetto PRO-BEN

Moderatrice: Lidia Del Piccolo

14.00 | **Presentazione
del progetto PRO-BEN**

14.05

Marco Pattaro Zonta
Habits - indagine sulle abitudini,
gli stili di vita e il grado
di benessere degli studenti
che frequentano l'Ateneo di Verona

14.20

**Anna Paola Montagnoli
e Francesco Pompei**
Benessere e malessere
psicologico - riflessioni emerse
dall'attività di counseling

14.30

Michela Nosè
Progetto CAMPUS:
promuovere il benessere
psicologico degli studenti attraverso
il programma OMS "Fare ciò
che conta nei momenti di stress"

14.40

Federico Schena
Interventi PRO-BEN orientati
al benessere psico-fisico

14.50

Riccardo Sartori
Interventi PRO-BEN orientati
al benessere occupazionale
e comunitario

15.00 | *Intermezzo musicale* 🎵

Giulia Sarti (cantante jazz)
e Giacomo Vilasi (chitarra jazz)*

15.10

Antonino Tamburello
*Riflessioni a margine
del concetto di benessere
nella popolazione studentesca*

16.00

Francesco Oggiano
*Social media, informazione
e attivismo nel mondo giovanile*

16.50

Discussione e confronto con il pubblico

17.10 | *Intermezzo musicale* 🎵

Nicola Ferro (pianoforte)*

17.30

OPEN the BOX:

WHAT'S THE PRO-BEN? Experiences - workshop in sessioni parallele

- Aula 1.5 **Anna Paola Montagnoli**: "Mindfulness"
 - Aula 1.6 **Arianna Scalabrin**: "Learning by doing"
 - Aula S.8 **Francesco Pompei**: "Training autogeno"
 - Aula S.9 **Chiara Bassi**: meeting su "Stress, paure e futuro:
come prevenire il burnout da studio"
 - Giardino Polo Zanotto: "Esperienze orientate al benessere fisico"
promosso da **Scienze Motorie e dal CUS Verona**
- Negli spazi aperti del Polo Zanotto verranno allestiti dei box informativi
relativi alle diverse proposte del progetto PRO-BEN*

18.30

Rinfresco e Musica all'aperto con **DJ GIANGI** 🎵

19.30

GARDENIA exhibition 🎵

20.30

Premiazione degli studenti e delle studentesse
che hanno vinto i Campionati Universitari Nazionali

21.00

Me & Tea exhibition 🎵

22.00

Ancora Musica con **DJ GIANGI** 🎵

23.00

Conclusione

* Tutti gli intermezzi musicali sono eseguiti da allievi del Conservatorio Evaristo Felice dall'Abaco di Verona



UNIVERSITÀ
di VERONA



UNIVR
IL SAPERE A COLORI