



## **Equilibri mentali nell'era del troppo: tra infobulimia, overload e nuove competenze.**

*Alla Camera dei Deputati il confronto, promosso da APOI e AIF, con il supporto di AUIPI, su organizzazione personale e formazione come risposte al sovraccarico mentale.*

**Roma, 17 marzo 2026** – In un'epoca segnata dalla moltiplicazione delle richieste cognitive, il tema del benessere mentale e organizzativo entra al centro del dibattito pubblico e istituzionale.

Il convegno promosso da **APOI – Associazione Professional Organizers Italia** ed **AIF – Associazione Italiana Formatori** si terrà martedì 17 marzo 2026, dalle 10.00 alle 13.30, presso la Sala Matteotti della Camera dei Deputati.

L'evento, ospitato nel luogo simbolo del dibattito democratico e della partecipazione civica, apre un confronto multidisciplinare sul fenomeno che incide in modo sempre più rilevante sulla capacità decisionale, sulla produttività e sul benessere psicologico di persone e organizzazioni.

Dopo i saluti istituzionali degli Onorevoli **Laura Cavandoli** e **Alessandro Manuel Benvenuto**-Questore della Camera dei Deputati e delle Presidenti di APOI e AIF, **Alessandra Janoušek** e **Beatrice Lomaglio**, il convegno si articolerà in due tavole rotonde.

*“La formazione” sottolinea B.Lomaglio, Presidente AIF “ha oggi la responsabilità di sviluppare competenze critiche di selezione, analisi e gestione delle informazioni, affinché persone e organizzazioni possano affrontare la complessità con consapevolezza e senza incorrere nel rischio di burn out. Promuovere discernimento e pensiero critico significa contribuire concretamente al benessere individuale e collettivo, facendo della formazione uno strumento di wellbeing”.*

*A questa riflessione si collega A. Janoušek, Presidente APOI, che evidenzia come “l'organizzazione rappresenti un elemento cardine del benessere emotivo e psicologico. Strutturando tempo e spazi e selezionando informazioni e priorità, si attenua il carico mentale che genera stress e ansia, favorendo un maggiore controllo percepito sulla nostra quotidianità.”*

Il convegno offre strumenti concreti per prevenire il sovraccarico mentale e decisionale, promuovere ambienti di lavoro più sani e funzionali.

L'evento sarà trasmesso in diretta streaming ed è aperto a professionisti, operatori e cittadini interessati: necessaria l'iscrizione tramite form: <https://bit.ly/convegno17marzo>

### **Ufficio stampa**

**APOI** Maria Cristina Fusari- [comunicazione@mariacristinafusari.it](mailto:comunicazione@mariacristinafusari.it) 346.2295238

**AIF** [segreteria@associazioneitalianaformatori.it](mailto:segreteria@associazioneitalianaformatori.it)