

Stress



dal latino «strictus», significa «serrato» e «compresso»

è lo «sforzo» che facciamo tutti i giorni, per gestire le pressioni che il mondo (e la vita) ci “chiede” e “richiede”

Distress



dal greco «districtus», significa “stretto” e “oppresso”

per i marinai è il **pericolo imminente che deriva dal mare**

Eustress



eu, in greco significa “buono”

è uno **stress positivo**, che ci induce a “**reagire**” al meglio all’evento/richiesta esterna

Stare bene, in una prospettiva antifragile



«INKlusion: se lo facessero a te?»



IN CONTATTO

Unipol
GRUPPO

«INKlusion: se lo facessero a te?»



Giuseppe Vercelli
Gabriella d'Albertas
Antifragili

Fai della fragilità il tuo punto di forza e dell'incertezza un cavallo di battaglia



Nassim Nicolas Taleb
Antifragile

Prosperare nel disordine

