

ALLEGATO A
DESCRIZIONE DEL PROGETTO FORMATIVO

TITOLO *Mindfulness: vivere consapevole*

29 giugno 2013
Convitto della Calza, Piazza della Calza 6, 50125 Firenze

Responsabile Scientifico Gherardo Amadei

Tipo di formazione
Residenziale interattiva

Razionale Scientifico

Presentazione, diffusione e approfondimento della conoscenza riguardo alla Mindfulness sia su un piano personale che professionale a tutti coloro che parteciperanno a tale evento formativo. Viene dato spazio agli aspetti sia teorici che esperienziali proponendo anche laboratori per esperienze di pratica.

Viene inoltre presentata la Mindfulness nei diversi ambiti di applicazione: medicina, psicoterapia, professioni di aiuto, assistenza alla persona, scuola e management.

Obiettivo formativo

Aspetti relazionali (comunicazione interna, esterna con paziente) e umanizzazione cure

Risultati attesi

Conoscenza, e approfondimento della Mindfulness e presentazioni delle diverse applicazioni in specifici ambiti di intervento, come supporto e sostegno essenziale in ambito relazionale, personale e professionale.

Destinatari della formazione:

max 400 partecipanti

Tutte le professioni / Tutte le discipline

Durata del corso: 6,5 ore di cui 1 ora di formazione interattiva

Crediti formativi ECM: 7

Il Convegno non è sponsorizzato.

Modalità di iscrizione

ONLINE sul sito del provider www.project-comunicazione.it

Quote d'iscrizione:

€ 145,20 (€ 120,00 + IVA)

Studenti universitari : € 108,90 (€ 90,00 + IVA)

Modalità didattiche

Serie di relazioni su tema preordinato

Metodo di verifica

Prova scritta.

L'acquisizione dei crediti è subordinata alla partecipazione **OBBLIGATORIA** al 100% del corso e allo svolgimento di tutte le procedure ECM.

Altre informazioni utili

Traduzione: l'intero ritiro sarà tradotto in simultanea da traduttori professionisti. Le connessioni radio e le cuffie saranno fornite dall'organizzazione.

Faculty

Gherardo Amadei, Medico, psichiatra, psicoanalista della A.S.P. e dell'I.A.R.P.P. (International Association for Relational Psychoanalysis and Psychotherapy). È professore associato presso la facoltà di Psicologia dell'Università degli studi di Milano-Bicocca. Si è formato alla conduzione del programma MBSR presso il CFM dell'Università del Massachusetts. Presidente di Esperienze di Mindfulness.

Jon Kabat-Zinn PhD, fondatore della Stress Reduction Clinic riconosciuta a livello internazionale, fondatore del Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society e professore emerito di medicina presso la Medical School dell'Università del Massachusetts.

Jon Kabat-Zinn è autore dei più importanti testi sulla mindfulness tra i quali: *Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*; *Wherever You Go, There You Are*; *Coming to Our Senses*; *The Mindful Way Through Depression (with Williams, Teasdale, and Segal)*; *Arriving at Your Own Door: 108 Lessons in Mindfulness*; and *Letting Everything Become Your Teacher*.

Saki Santorelli EdD MA, Professore associato di Medicina, Direttore dello Stress Reduction Program, Direttore esecutivo del CFM Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society presso la Medical School dell'Università del Massachusetts.

Ha collaborato sin dall'inizio allo sviluppo del Center For Mindfulness, fondato da Jon Kabat-Zinn. Autore di *"Heal Thy Self: Lessons on Mindfulness in Medicine"*, uno dei testi fondamentali della letteratura della Mindfulness.

Provider e Segreteria Amministrativa

Project & Communication Srl

Provider n. 81

Strada Maggiore 31

40125 Bologna

e-mail: ecm@projcom.it

T. 051 273168

F. 051 74145344

Segreteria Organizzativa

Marika Nuti

Tel. 3345873893

Mail info@mindfulnessitalianetwork.it

Programma dettagliato dell'evento

Sabato 29 giugno 2013

09.00 Accoglienza e registrazione dei partecipanti

10.00 Presentazione del convegno
Gherardo Amadei

10.15 Sfide e strategie per un vivere consapevole in un mondo digitale sempre più distraente e auto-distraente
Jon Kabat-Zinn

11.30 La relazione tra competenza, forza di volontà e disponibilità a lasciarsi addolcire e trasformare dalla vita
Saki Santorelli

13.00 Discussione

13.30-14.30 Pausa

14.30 L'arco della vita: il ruolo della mindfulness nell'educazione di bambini, adolescenti e oltre, e nella genitorialità lungo il corso della vita
Jon Kabat-Zinn

16.00 Come un fiume che cerca il mare: sentire, seguire e cavalcare i moti ondosi delle nostre emozioni più sottili, dei nostri valori e dei nostri ideali
Saki Santorelli

17.30 Discussione

18.00 Conclusioni, procedure ECM e chiusura del convegno