

MODALITA' DI ISCRIZIONE PER GLI INTERNI

1. Collegarsi ed entrare con la propria password nel sito ECM Regione Piemonte www.ecmpiemonte.it
2. Cercare l'opzione "Offerta formativa" e cliccare su "Corsi Regionali Accreditati"
3. Dalla finestra "Tipo Organizzatore" scegliere l'opzione "in sede"
4. Dalla finestra "Organizzatore" scegliere l'opzione "Azienda Sanitaria Vercelli"
5. Dalla finestra "Iscrizioni on line" scegliere l'opzione "Si"
6. Scegliere l'edizione e cliccare sull'icona 
7. Conferma l'iscrizione con "OK"
8. Stampare la pagina in formato pdf "Preiscrizione on line"
9. Comunicare al proprio Coordinatore/Referente la pre-iscrizione; successivamente il Coordinatore/referente dovrà procedere ad approvare sul modulo la partecipazione al corso
10. L'iscrizione effettuata correttamente (NON IN OVERBOOKING) non verrà ulteriormente confermata dall'ente
11. **ATTENZIONE:** è obbligatorio eliminare la preiscrizione in caso di rinuncia almeno ENTRO TRE GIORNI LAVORATIVI DALL' INIZIO CORSO e per il comparto comunicare in forma scritta al Coordinatore/Referente la motivazione

ATTENZIONE
CONTROLLARE SUL PROPRIO DOSSIER
FORMATIVO:
SE NON RISULTA UNA
PARTECIPAZIONE AL CORSO
MINDFULNESS:
LA PRATICA DELLA CONSAPEVOLEZZA
NEL QUI ED ORA NELLA RELAZIONE
D'AIUTO
NON PROCEDERE CON L'ISCRIZIONE
non sarà autorizzata la partecipazione

QUOTA DI ISCRIZIONE

PER INTERNI
nessuna

RESPONSABILI DEL CORSO
e
SEGRETERIA SCIENTIFICA

FIORINA LUISA

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA E
PROGETTAZIONE ECM

O.S.R.U.
SETTORE AGGIORNAMENTO
FORMAZIONE



A.S.L. VC

Azienda Sanitaria Locale
di Vercelli

Progetto formativo

TITOLO

Programma per la riduzione dello
stress attraverso la mindfulness
rivolto ad operatori sanitari

DATE

28/4/16

05/05/16

19/05/16

27/05/16

SEDE

AULA CONFERENZE
BORGOSIESIA

DATE

26/10/16

03/11/16

16/11/16

23/11/16

SEDE

Palestra S.C RRF
P.O. Vercelli

ORARIO

14.30-16.30

PREMESSA

Il corso ha l'obiettivo di migliorare le capacità di regolare le emozioni e il distress ed accrescere le capacità di percepire i segnali emotivi nella relazione con l'altro

NOTE PRATICHE

Ai partecipanti si consiglia di utilizzare abbigliamento comodo e, se possibile, di portare un tappetino da yoga, una coperta e un cuscino, o uno zafu (cuscino da meditazione)

Per ulteriori informazioni contattare il Responsabile Scientifico
luisa.fiorina@gmail.com

ARTICOLAZIONE

Il corso si svolge in 4 giornate di 2 ore ciascuna

PROGRAMMA

I GIORNATA

14.30-16.30

La pratica di consapevolezza nel qui ed ora

II GIORNATA

14.30-16.30

Centrarsi sul respiro

III GIORNATA

14.30-16.30

Vivere nel presente per gestire lo stress

IV GIORNATA

14.30-16.30

**Meditazione, corpo, saggezza
Discussione
Valutazione**

DESTINATARI

Operatori che hanno già partecipato al corso

**MINDFULNESS:
LA PRATICA DELLA CONSAPEVOLEZZA
NEL QUI ED ORA NELLA RELAZIONE
D'AIUTO**

DOCENTI

FIORINA LUISA