



Collegio Provinciale di Prato

## Corso di MINDFULNESS

PRATO 23 NOVEMBRE 2016

PRATO 14 DICEMBRE 2016

Collegio IPASVI Prato



Federazione Nazionale Collegi IPASVI

### IPASVI LA SPEZIA

PROVIDER STANDARD NAZIONALE

CON COLLEGIO IPASVI PRATO

RES 708-175435 ed 1 quella del 23 novembre

RES 708-175435 ed 2 quella del 14 dicembre

**PRATO 23 NOVEMBRE 2016**

**PRATO 14 DICEMBRE 2016**

## CORSO DI MINDFULNESS

Sede evento:

Aula formativa Collegio IPASVI Prato, Galciana, Via Augusto Alfani 1

posti previsti: 35

**9,5 CREDITI ECM** ASSEGNATI PER INFERMIERI, INFERMIERI PEDIATRICI, ASSISTENTI SANITARI

Con Il Contributo della  
Federazione Nazionale Collegi  
IPASVI

### Programma corso Mindfulness

**9.00 - 9.30**

Accoglienza partecipanti

**9.30 - 10**

Esperienza di Mindfulness di apertura

**10 - 11**

Introduzione: Cos'è la Mindfulness, applicazioni in ambito aziendale e sanitario.

**11 - 11,15**

Pausa



Collegio Provinciale di Prato

## Corso di MINDFULNESS

PRATO 23 NOVEMBRE 2016

PRATO 14 DICEMBRE 2016

Collegio IPASVI Prato



Federazione Nazionale Collegi IPASVI

**11,15 - 12,15**

Esperienza di Mindfulness sulla consapevolezza delle sensazioni

**12,15 - 13**

Condivisione, domande e risposte

**13 - 14,00**

Pausa pranzo

**14,00 - 14,45**

L'esperienza della A. USL 11 di Empoli, U.O.C. Psichiatria

RELATORI DELL'EVENTO:

#### **Alessandra Plesi**

Dal 2009 lavora come libera professionista con individui e gruppi e insegnando Mindfulness e Focusing presso Aziende, Associazioni e in carcere.

**senior di protocolli mindfulness based** (M.B.S.R., secondo il modello di Jon Kabat Zinn); **Trainer in focusing** certificata da The focusing Institute, New York; **Professional mindfulness Counselor** (Assocounseling A1087-2014); **Docente e istruttrice di mindfulness presso la A.USL 11 di Empoli** (Fi) UOC Psichiatria (progetto rivolto a psichiatri, psicologi, educatori e infermieri); **Docente e istruttrice di Mindfulness presso la Casa Circondariale Don Bosco** (Pisa).

#### **Marussa Alderighi**

Infermiere Coordinatore Professioni Sanitarie, Posizione Organizzativa Gestionale, Coordinatore Dipartimento Salute Mentale Azienda Sanitaria Locale n. 11 Empoli Firenze

#### **Caponi Simona**

Lavora presso l'U.O. Psichiatria, Centro Salute Mentale Empoli.

Ha effettuato presso la suddetta USL corso MBSR condotto da Alessandra Plesi.

Sta partecipando a corso di Mindfulness avanzato, corsi di yoga e meditazione.

Conduce da aprile 2016 presso il servizio di competenza, un gruppo di Mindfulness per pazienti con disturbi di ansia.

**ISCRIZIONI:**

**Per info:** [ipasviprato@gmail.com](mailto:ipasviprato@gmail.com) tel.0574 29307

**Costo per i non iscritti al collegio 30 euro**

**Gratis per gli iscritti al collegio con cauzione di 10 euro**

**[COLLEGIO IPASVI PRATO](#)**

