

La pratica della MINDFULNESS



Giornata a carattere riflessivo-esperienziale di introduzione al tema della pratica di consapevolezza come risorsa di salute per il personale sanitario.

Cosa mi porto a casa?

- ✓ Esplorare la pratica Mindfulness come risorsa per la cura di sé nei contesti sanitari
- ✓ Riconoscere implicazioni per lo sviluppo personale a partire dalla dimensione professionale
- ✓ Identificare eventuali ostacoli che emergono dal confronto personale con il tema della cura di sé
- ✓ Attestato di frequenza

✓ **ECS: 7 crediti**

Cosa mi serve per svolgere il corso?

- ✓ Tappetino da Yoga
- ✓ Abbigliamento comodo

A chi è rivolto?

A tutte le figure professionali del settore sanitario.

Relatori

Antonija Marinic, infermiera specializzata e specialista clinica

Giorgio Tarabra, infermiere specializzato, docente, istruttore Mindfulness certificato

Data e orario

Mercoledì, 16 ottobre 2024
08:30 – 16:30

Luogo

Farmadomo Home Care Provider SA
Ala Munda 41, 6528 Camorino

Termine iscrizioni

Mercoledì, 2 ottobre 2024

Modalità iscrizione

modulo online o per e-mail a
academy@farmadomo.ch

Min/Max partecipanti

20/30

Quota d'iscrizione

CHF 125.00