

- Denominazione ed id del Provider: Sperling srl - 5606
- Titolo ed eventuale edizione: PROGRAMMA MIND-MATTERS
- Sedi di svolgimento dell'evento: PIATTAFORMA MULTIMEDIALE
- Responsabile scientifico dell'evento: ANTONIO ANTEFERMO
- Destinatari dell'offerta formativa: TUTTE LE PROFESSIONI SANITARIE
- Obiettivi formativi e area formativa: 10 - Epidemiologia - prevenzione e promozione della salute – diagnostica – tossicologia con acquisizione di nozioni tecnico-professionali

IL PROFESSIONISTA ACQUISIRÀ COMPETENZE TECNICO-PROFESSIONALI RELATIVE AL PROGRAMMA DI MINDFULNESS MATTERS E SARÀ IN GRADO DI CONDURRE E GESTIRE SESSIONI DI PRATICA RIVOLTE A BAMBINI E ADOLESCENTI PER MIGLIORARE LE LORO COMPETENZE SOCIO-EMOTIVE E LA LORO CONSAPEVOLEZZA

- Orari di inizio e di fine suddivisi per giornate e programma dettagliato delle diverse sessioni:

Martedì 05/05/2026	18:00/20:00	<i>Stress in età evolutiva</i> <i>Struttura del programma</i> Seduta I - Presentazione e contratto - Calmo e attento come una ranocchia - Consapevolezza del respiro	Dott. Antefermo
Martedì 12/05/2026	18:00/20:00	Seduta II - Allenare l'attenzione con i 5 sensi - Mangiare con consapevolezza - Meditazione "Mindful eating" Seduta III - Consapevolezza al corpo - Fuori dalla testa e dentro al corpo - Meditazione "spaghetto cotto"	Dott. Antefermo
Martedì 19/05/2026	18:00/20:00	Seduta IV - Che tempo che fa dentro di voi - Riconoscimento delle emozioni - Accettare il tempo che fa Seduta V - Gestire le emozioni difficili - Uscire dal vortice	Dott. Antefermo

		- Meditazione “premi il tasto pausa”	
Martedì 26/05/2026	18:00/20:00	Seduta VI - Osservare i pensieri – La scatola dei pensieri - Meditazione “la fabbrica dei pensieri” Seduta VII - È bello essere gentili” - La gentilezza amorevole - Meditazione “il segreto della stanza del cuore”	Dott. Antefermo
Martedì 09/06/2026	18:00/20:00	Seduta VIII - Pazienza, fiducia e capacità di mollare la presa - Quando i desideri non si realizzano – Lasciare andare - Meditazione “l’albero dei desideri” - Evidenze che testimoniano adattabilità ed efficacia	Dott. Antefermo

- Numero dei crediti riconosciuti: 15
- Breve CV dei docenti e dei moderatori:

Nome e cognome	Professione	Disciplina	Ente di appartenenza/libera professione	Descrizione attività professionale/formativa
Antonio Antefermo	Psicologo	Psicologia clinica	Libero professionista	Consulenza e sostegno psicologico individuale e di gruppo. ● Trainer di gruppi per la gestione dello stress e dell’ansia attraverso la mindfulness. ● Specializzazione nell’applicazione della mindfulness con bambini e adolescenti. ● Ideatore del programma MUSHIN, che integra arti marziali e mindfulness per supportare l'autoregolazione emotiva nei più giovani.

Il provider, ai sensi dall’ art. 47 del DPR n.445/2000, consapevole delle conseguenze previste dall’art. 76, dichiara:

- di aver fornito all’interessato l’informativa sul trattamento dei dati personali (art. 13 del Regolamento europeo 2016/679; artt. 68, 70, 76, 96 Accordo Stato-Regioni 2017 “La formazione continua nel settore salute”- Rep. Atti 14/CSR del 2.2.2017 - Par. 4.6, lett. j) Manuale Nazionale di Accreditamento per l’Erogazione di Eventi ECM);
- di aver informato l’interessato che il programma dell’evento ECM, di cui le suddette informazioni contribuiscono a formarne il contenuto minimo, verrà inserito nel catalogo degli eventi E.C.M. tenuto dall’ente accreditante;