



ISTITUTO DI RICERCA E INTERVENTO PER LA SALUTE
Via Giulio Tarra 5
20124 Milano
Tel: 02 94.38.28.21
Fax: 02.947.555.96
E-Mail: amministrazione@spazioiris.it
www.spazioiris.it



DENOMINAZIONE E ID DEL PROVIDER; SPAZIO IRIS – ID PROVIDER 4995

LO YOGA NEI DISTURBI DELLA NUTRIZIONE E DELL’ALIMENTAZIONE

Luogo: Il corso si svolgerà in presenza a Milano. Nella giornata di sabato 18 aprile presso la sede di Nutrimente in Via Vincenzo Monti

Responsabile scientifico: Sara Bertelli

Destinatari dell’attività formativa: tutte le professioni sanitarie

Date e programma corso:

18 APRILE 2026 – 9.00-18.00 – Con Sara Bertelli, Simona Anselmetti e Alessia Saini

Cenni di filosofia yogica

Il corpo ferito

Cenni di Neuroscienze

L’interocezione, le emozioni “embodied”, immagine corporea

Il modello integrato con lo yoga

I benefici dello yoga

La nostra esperienza

Casi clinici

19 APRILE 2026 – 9.30-16.30 Con Sara Bertelli, Simona Anselmetti e Alessia Saini

Giornata esperienziale di yoga presso il centro BeSoul

Lavoro in piccoli gruppi

Obiettivo formativo: 22 - Fragilità e cronicità (minori, anziani, dipendenze da stupefacenti, alcool e ludopatia, salute mentale), nuove povertà, tutela degli aspetti assistenziali, sociosanitari, e socio-assistenziali;

Numero di crediti riconosciuti: 14 crediti ecm

Relatori:

Sara Bertelli: Psichiatra, psicoterapeuta, responsabile Centro D-N ASST sANTI Paolo e Carlo

Simona Anselmetti: Psicologa, psicoterapeuta supervisore emdr

Alessia Siani: Psicologa, tirocinante presso il centro DNA Milano