

Dettagli su quali informazioni inserire nel file PDF da caricare in Agenas alla voce del format “programma attività formativa”:

- Denominazione ed id del Provider: Sperling srl - 5606
- Titolo ed eventuale edizione: **Programma MBRP - Mindfulness Based Relapse Prevention - Ed. 2027**
- Sedi di svolgimento dell’evento: Piattaforma multimediale
- Responsabile scientifico dell’evento: Raffaella Berto
- Destinatari dell’offerta formativa: **Psicologi e medici**
- Obiettivi formativi e area formativa: 10
IL TRAINING MBRP È UN PROGRAMMA DI AFTERCARE CHE SI RIVOLGE A PERSONE CON DISTURBI DI USO DI SOSTANZE CHE HANNO GIÀ COMPLETATO UN TRATTAMENTO DI REGIME DI RICOVERO O AMBULATORIALE. L'OBIETTIVO DEL MBRP È QUELLO DI SVILUPPARE ATTRAVERSO LA PRATICA DELLA MINDFULNESS UNA CONSAPEVOLEZZA E UN ACCETTAZIONE VERSO I PROPRI PENSIERI, I PROPRI SENTIMENTI E LE PROPRI SENSAZIONI.
- Orari di inizio e di fine suddivisi per giornate/Programma:

Mer. 07/04/2027	18:00/20:00	Aspetti teorici e pratici del protocollo, del craving e della ricaduta, struttura del protocollo da 8 sessioni. Riflessioni sull’importanza della pratica personale. Sessione 1 e pratiche associate: body scan, meditazione dell’uvetta/mirtillo.	Dott.ssa Berto
Mer. 14/04/2027	18:00/20:00	Sessioni 2,3 e pratiche associate: esercizio della passeggiata in strada, surf dell’impulso e riflessione sulle onde del craving, meditazione della montagna, pratica di consapevolezza dell’ascoltare, meditazione sul respiro, falso rifugio, spazio di respiro SOBER.	Dott.ssa Berto
Mer. 21/04/2027	18:00/20:00	Sessioni 4,5 e pratiche associate: consapevolezza del vedere, meditazione corpo, respiro, suoni pensieri, SOBER nelle situazioni difficili, meditazione camminata, SOBER a coppie, movimento consapevole.	Dott.ssa Berto
Mer. 28/04/2027	18:00/20:00	Sessioni 6,7 e pratiche associate: meditazione sui pensieri, ruolo dei pensieri nella ricaduta, il ciclo della ricaduta, meditazione di Metta, attività nutrienti e svuotanti, dove inizia la ricaduta. Esercitazioni sulle pratiche.	Dott.ssa Berto
Mer. 05/05/2027	18:00/20:00	Formati alternativi; Sessione 8 e pratiche associate: importanza reti di supporto, meditazione del sasso e amorevole gentilezza.	Dott.ssa Berto

- Numero dei crediti riconosciuti: 15

– Breve CV dei docenti e dei moderatori:

Nome Cognome	Professione	Disciplina	Ente di appartenenza/libera professione	Descrizione attività professionale/formativa
Raffaella Berto	Psicologa	Psicoterapeuta	Libera professionista Studio privato a Cardano al Campo (VA) dal 2004	Psicologa e psicoterapeuta cognitivo-comportamentale, dal 2005 svolge attività clinica presso l'Istituto Wolpe di Besozzo e lo Studio Ferrario di Gallarate, occupandosi di assessment psicodiagnostico, biofeedback e trattamento dei principali disturbi psicologici in bambini, adolescenti e adulti. Esperta in tecniche di rilassamento e mindfulness, conduce protocolli MBSR presso il CSPP di Busto Arsizio e corsi di Mindfulness, Training Autogeno e benessere psicologico in contesti formativi, tra cui APL e l'Istituto Omeonatura di Lugano. Dal 2022 collabora con Med House Srl nell'ambito delle cure palliative, offrendo supporto psicologico a domicilio a pazienti e caregiver. Accanto all'attività clinica, integra percorsi di crescita personale, volontariato e terapie assistite con gli animali, considerandoli strumenti preziosi per il benessere e la consapevolezza. La sua pratica si fonda su un approccio umano e attento, guidato dall'ascolto, dalla curiosità e dalla gentilezza, con l'obiettivo di accompagnare le persone in un percorso di trasformazione e sviluppo personale.

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;