

Programma da caricare in Agenas in fase di accreditamento (IST. 02)

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: **MBSR TEACHER CERTIFICATION TRAINING PROGRAM – ED. 2027**
- Sedi di svolgimento dell’evento: piattaforma multimediale del provider
- Responsabile scientifico dell’evento: Roberto Gavin
- Destinatari dell’offerta formativa: Tutte le professioni sanitarie
- Obiettivi formativi e area formativa: 10

L’MBSR (MINDFULNESS-BASED STRESS REDUCTION) È UN PROGRAMMA STRUTTURATO PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS CHE SI BASA SU PRATICHE DI MINDFULNESS. QUESTO PROTOCOLLO È STATO SVILUPPATO PER RISPONDERE ALLA CRESCENTE NECESSITÀ DI STRUMENTI PRATICI PER GESTIRE LO STRESS E MIGLIORARE IL BENESSERE GENERALE. NUMEROSI STUDI SCIENTIFICI HANNO DIMOSTRATO CHE L’MBSR PUÒ RIDURRE SIGNIFICATIVAMENTE LO STRESS, MIGLIORARE LA CONCENTRAZIONE E IL BENESSERE EMOTIVO, E SUPPORTARE LA GESTIONE DI PROBLEMI DI SALUTE FISICA E MENTALE.

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

Sab. 13/2/2027	9:30/13:00	MBSR Introduzione teorica al programma	Bagnaschino
Giov. 18/2/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 1	Bagnaschino
Giov. 25/2/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 2	Bagnaschino
Giov. 04/03/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 3	Bagnaschino
Sab. 13/03/2027	9:30/13:00	MBSR Laboratorio di conduzione	Rossetti
Giov. 18/03/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 4	Bagnaschino
Giov. 25/03/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 5	Bagnaschino
Giov. 01/04/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 6	Bagnaschino
Giov. 08/04/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 7	Bagnaschino
Giov. 15/04/2027	20:30/22:30	MBSR Theacher Certification Training Sessione 8	Bagnaschino
Sab. 08/05/2027	9:30/13:00	MBSR Laboratorio di supervisione	Rossetti
Sab. 22/05/2027	9:30/13:00	MBSR Laboratorio di conduzione individuale	Rossetti

- Numero dei crediti riconosciuti: 45

– Breve CV dei docenti e dei moderatori:

Nome Cognome	Professione	Disciplina	Ente di appartenenza/libera professione	Descrizione attività professionale/formativa
Cinzia Bagnaschino	Psicologa	Psicologia	Libera professione	Laureata in Psicologia clinica delle relazioni familiari e interventi di comunità presso l'Università Cattolica di Milano, ha sempre considerato fondamentale per il suo lavoro una formazione continua e aggiornata. Al momento ha all'attivo numerosi corsi di formazione e tre Master (Master di secondo livello in Interventi psicoeducativi ed organizzativi nella scuola, Master in Counseling integrato e Master in Neuropsicologia del benessere). Ha lavorato in contesti variegati (scuola, studio privato, formazione) e collaborato attivamente con diversi professionisti (tra cui medici di base, nutrizionisti, osteopati) perché considera essenziale il confronto e l'apertura verso ogni ambito che riguardi la vita delle persone e il lavoro di rete. Nell'ambito del lavoro e dello studio sul benessere, si è avvicinata particolarmente alla Mindfulness. Ha conseguito dapprima il titolo MBSR Teacher Trainer e, conseguentemente, ha approfondito i suoi studi in quest'ambito, ottenendo le certificazioni FederMindfulness dei diversi protocolli, tra cui quelli di Mindfulness Professional Trainer e di Mindfulness Clinical Therapist.
Simona Rossetti	Psicologa	Psicologia	Libera professione	Psicologa e Neuropsicologa del Benessere, ha maturato per anni una solida esperienza in aziende di grandi dimensioni e in società di consulenza, consolidando un'expertise specifica nella gestione delle risorse umane, nella selezione del personale e nell'analisi delle dinamiche interpersonali. La sua identità professionale attuale nasce dall'integrazione tra questa profonda conoscenza del capitale umano e un'alta specializzazione nelle neuroscienze applicate e nelle tecniche di rilassamento, finalizzate alla promozione della salute, del self-empowerment e della performance. È Istruttore Master di Mindfulness (Mindfulness Professional Trainer®) e Operatore Clinico di Training Autogeno. La sua offerta clinica si distingue per un approccio multidisciplinare che unisce la psicologia positiva alla psicofisiologia, includendo percorsi di mental training per lo sport e valutazioni psicodiagnostiche. Pioniera in ambiti innovativi della relazione d'aiuto, è inoltre certificata come Coadiutore del cane in Interventi Assistiti con Animali (IAA), integrando la mediazione animale come strumento clinico e riabilitativo. Oggi svolge attività di libera professionista dedicandosi alla docenza e alla consulenza specialistica. Il suo metodo armonizza il rigore dell'analisi sistematica, affinato in contesti aziendali, con la sensibilità necessaria per condurre programmi di Mindfulness-based coaching, volti alla riduzione dello stress e all'ottimizzazione delle risorse cognitive e relazionali dell'individuo e dei team.

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 Accredimento 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;