

**PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE RESIDENZIALE**

**Titolo: Booster Protocollo MBSR- Mindfulness Based Stress Reduction: Giornate di approfondimento e supervisione**

**Anno: 2025**

<b>Date 1° ediz.</b> 27/01, 17/02, 17/03, 07/04, 05/05/2025
<b>Date 2° ediz.</b> 19/05, 09/06, 06/10, 03/11, 01/12/2025
<b>Durata del corso (in ore):</b> 13
<b>Sede:</b> Casa della Salute Villacidro
<b>N° Edizioni:</b> 2
<b>Docente:</b> Monica Pinna
<b>Tutor:</b> Martina Saba
<b>Partecipanti per edizione:</b> 25
<b>Destinatari formazione:</b> Dipendenti ASL Medio Campidano – Tutte le professioni
<b>Responsabile scientifico:</b> Monica Pinna

CONTENUTI	ORA INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA
<b>1° ediz. lunedì 27/01/2025</b> <b>2° ediz. lunedì 19/05/2025</b>				
<b>Registrazione partecipanti</b>	<b>15:45</b>	<b>16:00</b>		
Benvenuto e giro di presentazioni, riflessioni sul programma e condivisione sulle pratiche eseguite a casa	16:00	16:30	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Mix di pratiche	16:30	17:45	Monica Pinna	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche
Condivisione dell'esperienza	17:45	18:15	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Conclusioni	18:15	18:30	Monica Pinna	Serie di relazioni su tema preordinato

**PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE RESIDENZIALE**

CONTENUTI	ORA INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA
<b>1° ediz. Lunedì 17/02/2025</b> <b>2° ediz. Lunedì 09/06/2025</b>				
<b>Registrazione partecipanti</b>	<b>15:45</b>	<b>16:00</b>		
Riflessioni sul programma e condivisioni sulle pratiche eseguite a casa	16:00	16:30	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Mix di pratiche	16:30	17:45	Monica Pinna	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche
Condivisione dell'esperienza	17:45	18:15	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Conclusioni	18:15	18:30	Monica Pinna	Serie di relazioni su tema preordinato

CONTENUTI	ORA INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA
<b>1° ediz. Lunedì 17/03/2025</b> <b>2° ediz. Lunedì 06/10/2025</b>				
<b>Registrazione partecipanti</b>	<b>15:45</b>	<b>16:00</b>		
Riflessioni sul programma e condivisioni sulle pratiche eseguite a casa	16:00	16:30	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Mix di pratiche	16:30	17:45	Monica Pinna	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche
Condivisione dell'esperienza	17:45	18:15	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Conclusioni	18:15	18:30	Monica Pinna	Serie di relazioni su tema preordinato

CONTENUTI	ORA INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA
<b>1° ediz. Lunedì 07/04/2025</b> <b>2° ediz. Lunedì 03/11/2025</b>				
<b>Registrazione partecipanti</b>	<b>15:45</b>	<b>16:00</b>		
Riflessioni sul programma e condivisioni sulle pratiche eseguite a casa	16:00	16:30	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Mix di pratiche	16:30	17:45	Monica Pinna	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche

**PROGRAMMA CORSO DI FORMAZIONE RESIDENZIALE**

Condivisione dell'esperienza	17:45	18:15	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
conclusioni	18:15	18:30	Monica Pinna	Serie di relazioni su tema preordinato

CONTENUTI	ORA INIZIO	ORA FINE	DOCENTI o SOSTITUTI	METODOLOGIA DIDATTICA
<b>1° ediz. Lunedì 05/05/2025</b>				
<b>2° ediz. Lunedì 01/12/2025</b>				
<b>Registrazione partecipanti</b>	15:45	16:00		
Riflessioni sul programma e condivisioni sulle pratiche eseguite a casa	16:00	16:30	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Mix di pratiche	16:30	17:45	Monica Pinna	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attività pratiche
Condivisione dell'esperienza	17:45	18:15	Monica Pinna	Confronto/dibattito tra pubblico ed esperto/i guidato da un conduttore (l'esperto risponde")
Conclusioni	18:15	19:00	Monica Pinna	Serie di relazioni su tema preordinato

**Il Responsabile scientifico**
**Data:** 23/12/2024

**Firma** \_\_\_\_\_