

# **Tecniche per il Benessere Psico-Fisico e Riequilibrio Energetico - Approfondimento**

**24 novembre, 1e 15 dicembre 2017**

**Aula Formativa  
Sede NurSind Monza e Brianza  
Via Mentana, 13 - Lissone**

**evento n 3174- 179646 Ed. 1  
Crediti ECM assegnati 22,5**



## **Relatore:**

Barbara Allegrezza

## **OBIETTIVO DEL CORSO**

Aspetti relazionali (la comunicazione interna, esterna, con paziente) e umanizzazione delle cure (12)

## **PROGRAMMA DIDATTICO**

### **Programma didattico 1° giorno - Tecniche per il benessere fisico**

Ore 08,30 - 09,00 - Presentazione del corso

Ore 09,00 - 10,00 - Tecnica di contatto, appoggio del peso e pressione

Ore 10,00 - 11,00 - trattamento palmo pollice sulla schiena e arto inferiore

Ore 11.00 - 11.15 - break

Ore 11,15 - 12,30 - esercizi correttivi, posturali e respiratori personalizzati

Ore 12,30 - 13,30 - trattamento a coppie del meridiano "difesa": vescica urinaria e rene

### **Programma didattico 2° giorno**

#### **Tecniche per il riequilibrio energetico**

Ore 08,30 - 09,00 - Recupero e discussione dei temi della 1a giornata

Ore 09,00 - 10,00 - Rilassamento e respirazione addominale o diaframmatica

Ore 10,00 - 11,00 - utilizzo di Hara, diaframma e respirazione toracica : quando e quale utilizzare

Ore 11.00 - 11.15 - break

Ore 11,15- 12,30 - Uso dei pollici : pressioni perpendicolari e costanti su punti agopuntura e meridiani

Ore 12,30- 13,30 - Teoria di Medicina Tradizionale Cinese ; Yin e Yang e cinque elementi

### **Programma didattico 3° giorno - Sequenze usate come coadiuvanti delle patologie più comuni**

Ore 08,30 - 09,00 - Recupero e discussione dei temi della 2a giornata

Ore 09,00 - 10,00 - Elenco dei disturbi più comuni e di quelli causati da postura "lavorativa " e più comuni nella vita lavorativa

Ore 10,00 - 11,00 - trattamento meridiani indicati nei disturbi presi in esame

Ore 11.00 - 11.15 - break

Ore 11,15- 13.00 - Trattamento specifico e sequenze

Ore 13.00 - 13,30 - Verifica dell'apprendimento

**SEGRETERIA ORGANIZZATIVA**  
**PEGASO LAVORO Soc. coop.**

Via F. Squartini, 3 - 56121 Pisa - tel. 050.503825 [info@pegasolavoro.it](mailto:info@pegasolavoro.it) . [www.pegasolavoro.eu](http://www.pegasolavoro.eu)

**Posti ECM: 22**

**IL CORSO E' RISERVATO A COLORO CHE HANNO  
PRECEDENTEMENTE SVOLTO IL CORSO BASE**

**Destinatari del corso: Infermieri, Infermieri Pediatrici, Ostetriche.**

**Si consiglia di:**

- vestirsi comodamente (tuta o fuseaux e maglietta + felpa)
- indossare calze (le scarpe verranno tolte)
- eventualmente portare una copertina tipo pile leggero
- non indossare anelli, collane, orologi, ecc...

**Materiale da portare:** - tappetino tipo yoga o palestra spesso- asciugamano grande- cuscino

La segreteria organizzativa si riserva il diritto di annullare l'evento in mancanza di un numero sufficiente di iscrizioni con restituzione della quota versata.

**QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

<b>Iscritti al sindacato</b>	<b>€ 30,00</b>
<b>Non Iscritti al sindacato Nursind</b>	<b>€ 80,00</b>

**MODALITA' DI ISCRIZIONE**

**Iscrizione on line obbligatoria sul sito di Pegaso Lavoro**  
**[www.pegasolavoro.eu](http://www.pegasolavoro.eu)**

**Prima è necessario registrarsi come utenti del sito per avere la possibilità di iscriversi a tutti i corsi in calendario**

**Entro 7 giorni dalla preiscrizione deve essere effettuato il pagamento pena cancellazione dal corso senza alcun obbligo di preavviso da parte della segreteria organizzativa.**

**Farà fede la data di versamento.**

**Non saranno effettuati rimborsi della quota di iscrizione per nessun motivo.**

I dati personali verranno trattati ai fini delle operazioni di segreteria relative all'iscrizione al Corso e per l'erogazione dei servizi connessi (Crediti ECM).

L'autorizzazione al trattamento dei vostri dati è obbligatoria e in sua assenza non sarà possibile procedere con le operazioni di iscrizione.

Al riguardo, sono garantiti i diritti sanciti dall'Art.7 del decreto Legislativo 196/2003. I dati verranno comunicati esclusivamente al Ministero della Salute per l'espletamento della pratica.

**MODALITA' DI VERSAMENTO DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE**

**tramite BOLLETTINO POSTALE, BONIFICO e CARTA DI CREDITO *Indicare il nominativo del partecipante e la causale "MB 241117".***

Regolarizzare l'iscrizione inviando la ricevuta del versamento per FAX **050.7911012**, o per e-mail [info@pegasolavoro.it](mailto:info@pegasolavoro.it)

**Regolamento rilascio dell'Attestato ECM**

Ogni partecipante potrà ottenere i crediti sulla base dei seguenti criteri:

- percentuale di presenza al 100%
- superamento della verifica di apprendimento (75% livello di sufficienza) attraverso la compilazione del questionario finale
- compilazione e consegna della scheda di valutazione dell'evento.

Il questionario e la scheda di valutazione dovranno essere consegnati al termine dei lavori. La mancata compilazione e/o consegna del questionario e della scheda di valutazione fanno decadere i diritti all'acquisizione dei crediti formativi.