

La Segreteria Nursind di Pisa è lieta di invitarVi  
all'evento formativo residenziale:



# MINDFULNESS: STRUMENTI DI CONSAPEVOLEZZA PER L'INFERMERE

codice accr. 3174-336866 Ed. 1  
crediti assegnati 12,8



OBIETTIVO NAZIONALE ECM:

- 10- EPIDEMIOLOGIA, PREVENZIONE E PROMOZIONE DELLA SALUTE

La **mindfulness** dovrebbe essere considerata parte integrante della competenza professionale di un operatore sanitario. Numerose ricerche ci mostrano come la mindfulness consenta all'operatore sanitario di aumentare il proprio benessere e la qualità del lavoro in relazione al paziente. In particolare, consente di sviluppare un maggior senso di equilibrio emotivo e di benessere che oltre ad essere benefico per la salute dell'operatore si riversa empaticamente nel suo rapporto con i pazienti.

**26 NOVEMBRE** : Parco di San Rossore - loc. Cascine  
**2021** : Vecchie a Pisa e Pegaso Lavoro Soc.  
**09.00-18.30** : Coop. Impresa Sociale - sede Pisa via  
Squartini, 3 loc. Ospedaletto

**25 posti per Infermieri e Infermieri Pediatrici**

**Relatrice: Dott.ssa Laura Ricci**



# Programma didattico

ore 9.00 Ritrovo al Parco di San Rossore a Pisa

ore 9.00/9.30

Registrazione dei Partecipanti

Raccomandazione Covid 19

ore 9.30/10.00

Qi Qong (Parco di San Rossore)

ore 10.00/12.00

Camminata Consapevole (Parco di San Rossore)

ore 12.00/13.00

Mindful Eating

ore 13.00/14.00 Pausa

ore 14.30 Ritrovo alla sede di Pegaso Lavoro a Pisa

ore 15.00/15.30

L'arte di Vivere in Consapevolezza

15.30/16.00

Movimento Consapevole

16.00/17.00

L'arte di Comunicare: Ascolto Consapevole e Parola Amorevole.

17.00/18.00

Mindfulness e Neuroscienze

18.00/18.30

Conclusioni

**QUOTE DI PARTECIPAZIONE  
ISCRITTI NURSIND E CGS 21,00€**

**QUOTA ALTRI PARTECIPANTI 41,00 €**



PEGASO LAVORO SOC. COOP.  
IMPRESA SOCIALE  
PROVIDER STANDARD N.  
3174

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.

PER L'ACCESSO ALL'AULA  
FORMATIVA



**ISCRIZIONI ONLINE SUL SITO  
WWW.PEGASOLAVORO.EU**