

Comunità di Pratica Comunità di Destino

Uno spazio
per radicare la pratica
di Mindfulness
nel lavoro di cura
a sostegno
dell'invecchiamento e
della longevità

Incontri online gratuiti aperti ai soci e alle socie SIPI

Le trainer Antonella Buranello e Cinzia Marigo
con la partecipazione della professoressa Rossana De Beni

Social Mindfulness

Intenzione e
Motivazione

Atteggiamento

I temi

Compassione

Equanimità

Cura

Gioia

Destinatari

Operatori sanitari e delle professioni d' aiuto: psicologi, medici, infermieri, fisioterapisti, riabilitatori, logopedisti, pedagogisti, educatori, coordinatori di servizi.

Prerequisiti

Si richiede di aver frequentato il PEM (Percorso Esperienziale di Mindfulness) o un altro training basato sulla Mindfulness

INFORMAZIONI

SEGRETERIA SIPI

sipinvecchiamento@gmail.com

Comunità di Pratica Comunità di Destino

Uno spazio per praticare assieme, rigenerare la motivazione alla pratica di Mindfulness, creare connessioni e ispirarci attraverso l'approfondimento di 7 temi collegati all'invecchiamento alla longevità.

Per i professionisti della cura, la pratica della Mindfulness consente di coltivare le attitudini e le risorse per lavorare con la sofferenza in modo equilibrato e compassionevole, per prevenire il burn out, per favorire la crescita personale e professionale e per dare un significato positivo al proprio lavoro.

Calendario 2024

Martedì 16 Aprile
Martedì 14 Maggio
Martedì 18 Giugno
Martedì 17 Settembre
Martedì 15 Ottobre
Martedì 19 Novembre
Martedì 17 Dicembre



ore

20.30 - 21.45



zoom

*Social Mindfulness:
la consapevolezza
del proprio
impatto sugli altri
e sulla comunità*

MARK LEONARD

**INFORMAZIONI
SEGRETERIA SIPI**

sipinvecchiamento@gmail.com