

MODALITA' DI ISCRIZIONE

**Inviare email alla segreteria
organizzativa**

acarobene@reteoncologica.it

I crediti ECM verranno assegnati solo ed esclusivamente se:

- Presenza (90%) al corso
- Superamento verifica apprendimento
Consegna modulistica prevista

Note:

Il corso è destinato a Medici Infermieri
Ostetriche delle Strutture di Oncologia, CAS
e GIC della Rete Oncologica Piemonte e
Valle d'Aosta

RESPONSABILE SCIENTIFICO

**Dr.ssa Antonella VARETTO
Dott. Oscar BERTETTO**

REFERENTE DEL PROGETTO FORMATIVO

Dr.ssa Monica VIALE
mviale@reteoncologica.it

PROGETTISTA DEL CORSO

Dr.ssa Angela RAGACCIO

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

Dr.ssa Angelica CAROBENE
acarobene@reteoncologica.it
011-6337070



Modulo 007_RES
LOCANDINA



Evento residenziale

TITOLO

**TECNICHE DI RILASSAMENTO:
PRATICA DI TRAINING
AUTOGENO DI GRUPPO**

DATE

**Ediz 1: 13-20-27 maggio 2016
Ediz 2: 14-21-28 ottobre 2016**

ORARIO

Dalle 9.30 alle 12.30

SEDE DEL CORSO

**AULA BALDACCI
Psicologia clinica e oncologica
Via Cherasco 15 – piano terra**

Corso accreditato su
Sistema ECM Regione Piemonte
COD. 23068 - Crediti calcolati: 13

AREA TEMATICA

Oncologica

OBIETTIVO DI INTERESSE NAZIONALE

3,4,8,10,13,18,26,30,31,32,33

FINALITA'

Apprendimento di tecniche di rilassamento

OBIETTIVO

Fornire agli operatori strumenti per migliorare la conoscenza di sé: la concentrazione e l'autostima

ARTICOLAZIONE

Il corso si articola in 3 incontri di 3 ore composti da lezione frontale e attività pratica

PROGRAMMA

1° giorno

Ore 9.30-12.30: J. Munari, M.R. Stanizzo, A. Varetto

- Introduzione alle tecniche di rilassamento: Training autogeno e Mindfulness
- Primo esercizio – la pesantezza
- Secondo esercizio – il calore

2° giorno

Ore 9.30-12.30: J. Munari, M.R. Stanizzo, A. Varetto

- Terzo esercizio – il respiro
- Quarto esercizio – il cuore

3° giorno

Ore 9.30-12.30: J. Munari, M.R. Stanizzo, A. Varetto

- Quinto esercizio – il plesso solare
- Sesto esercizio – la fronte fresca
- Conclusioni

DESTINATARI

15 fra Medici Infermieri Ostetriche delle Strutture di Oncologia, CAS e GIC della Rete Oncologica

DOCENTI

Dr.ssa Antonella Varetto

Dr.ssa Maria Rosa Stanizzo

Dr. Jacopo Munari