

Tecniche per il Benessere Psico-Fisico e Riequilibrio Energetico

4, 11 e 18 aprile 2016

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

**evento n. 3174 - 145326 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

1° giorno Tecniche per il benessere fisico

Prendersi cura di sé stessi: ascolto e organizzazione

08:30 Presentazione del corso

09:00 Postura: posizione eretta, seduta, statica e dinamica (lezione + esercitazione)

10:00 Fisiognomica: analisi dei "segni" sul viso e delle espressioni

11:00 Uso del palmo, pinzature su meridiani agopuntura: trattamento singolo e a coppie (lezione + esercitazione)

12:30 Do-in : singolo e a coppie (esercitazione)

13:30 Fine 1a giornata

2° giorno Tecniche per il riequilibrio energetico

08:30 Recupero e discussione dei temi della 1 a giornata

09:00 Rilassamento e respirazione addominale o diaframmatica (esercitazione)

10:00 Prendersi cura di sé e degli altri: stretching e accudimento (lezione + esercitazione)

11:00 Uso dei pollici: pressioni perpendicolari e costanti su punti agopuntura e meridiani (lezione + esercitazione)

12:30 Teoria di Medicina Tradizione Cinese e localizzazione dei punti principali di agopuntura

13:30 Fine 2ª giornata

3° giorno Sequenze usate come coadiuvanti delle patologie più comuni

08:30 Recupero e discussione dei temi della 2ª giornata

09:00 Elenco dei disturbi più comuni e di quelli causati da postura "lavorativa"

10:00 Ciclo circadiano: spiegazione e applicazione sulla vita comune e lavorativa

11:00 Trattamento specifico e sequenze (lezione + esercitazione)

13:00 Verifica dell'apprendimento

13:30 Fine 3ª giornata

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA
PEGASO LAVORO Soc. coop.

Via F. Squartini, 3 - 56121 Pisa - tel. 050.503825 info@pegasolavoro.it . www.pegasolavoro.eu

Posti ECM: 30 si lavora in coppia

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

Iscritti al sindacato	€ 20,00
Non Iscritti al sindacato Nursind	€ 70,00

MODALITA' DI ISCRIZIONE

Iscrizione on line obbligatoria sul sito di Pegaso Lavoro
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 e BONIFICO *Indicare il nominativo del partecipante e la causale "MB 040416".*

Regularizzare l'iscrizione inviando la ricevuta del versamento per FAX **050.7911012**, o per e-mail 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.