



# **L'INFERMIERE ED IL SUO TEMPO DI RIGENERAZIONE**



**ED IO... COME MI CURO?**

## **DANZA-MOVIMENTO TERAPIA PER OPERATORI SANITARI**

**N° 3174- 208209 Ed. n°1  
Crediti 12,8**

**27 novembre 2017**

**Scuole elementari**

**L.go G. Cesare, 11 - Varano Borghi (VA)**

**Relatrice: Albina Amneris Bandera**

CURARE significa vigilare, proteggere ed accudire. Chiunque abbia un corpo, in quanto vivente, non può non prendersi cura della propria persona e della propria salute, a maggior ragione per poter curare gli altri. IL corso ha come obiettivo la presa di coscienza della necessità di momenti in cui fermarsi ed ascoltarsi per poi riuscire al meglio nelle professioni d'aiuto. Spesso gli infermieri sono troppo presi da urgenze, paure, situazioni di disagio e strazianti da concedersi il tempo per ricentrarsi e riappropriarsi delle emozioni che li animano. Con l'ausilio di musiche colori carta e altro materiale proviamo a trovare un modo alternativo per poter stare con la sofferenza nostra, ed altrui e canalizzarla verso nuove risorse. Con questo corso si vuole portare i professionisti a fare esperienza del tempo di pausa come tempo di rigenerazione per poter proseguire con maggior serenità il lavoro. Si sperimenterà l'importanza della lentezza e del recupero della centralità dell'essere, come tempo per riappropriarsi della parte emozionale che molto spesso accantonata, ci accompagna però in ogni momento della vita.

### **PROGRAMMA EVENTO ECM**

8.00\8.30 REGISTRAZIONE DEI  
PARTECIPANTI  
9.00\11.00 PRESENTAZIONE CORSO -  
CERCHIO DI PRESENTAZIONE  
11.00\13.00 COSA PORTO? COSA C'E'?  
scrivere, verbalizzare e danzare  
13.00\14.00 PAUSA PRANZO  
14.00\15.00 DANZO IL TURNO accompagnati  
da musica e corpo lasciamoci muovere per  
sperimentare a livello corporeo cosa succede  
durante l'orario lavorativo... E SE CI  
FERMASSIMO UN PO'??

16.00\17.00 COSA FACCIO DURANTE IL  
TURNO, COSA DOVREI FARE E COSA  
VORREI FARE dopo aver provato cosa  
succede durante la danza del turno troviamo  
insieme un modo per migliorare e riuscire a  
stare con quello che avviene in maniera  
costruttiva e non distruttiva.  
15.00\16.00 QUANDO SI LAVORA IN  
EQUIPE, danza a più persone  
17.00\17.30 TEST DI VALUTAZIONE  
17.30\18.00 CHIUSURA E SALUTO

## **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 disponibili: 22**

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

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

Materiale necessario: una stanza abbastanza ampia da potersi muovere in più persone, se possibile impianto audio per musica

A chi partecipa è richiesto abbigliamento comodo, calze antiscivolo e piedi nudi, se si desidera una coperta

### **QUOTE DI PARTECIPAZIONE**

Iscritti al sindacato Nursind

**GRATUITO**

Non iscritti al sindacato NurSind

**€ 25,00**

### **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, CARTA DI CREDITO e BONIFICO *Indicare il nominativo del partecipante e la causale "VA271117"*.**

Regolarizzare l'iscrizione inviando la ricevuta del versamento:

per **fax** 050.7911012

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.