



Evento residenziale ECM

Mindfulness

Le Case, Sala congressi

Contrada Mozzavinci, 16/17

Macerata, 21 febbraio 2025

Ref. Scientifico: Dott.ssa Cecilia Clementi

La dipendenza, che si tratti di sostanze o comportamenti, è una condizione complessa che coinvolge aspetti biologici, psicologici e sociali. I professionisti che lavorano nel campo delle dipendenze affrontano quotidianamente sfide significative nel sostenere i loro pazienti nel percorso di recupero e nel promuovere strategie di gestione dello stress e della ricaduta. La Mindfulness, un approccio basato sulla consapevolezza e sull'accettazione del momento presente, ha dimostrato attraverso numerosi studi scientifici di essere efficace nel ridurre lo stress, migliorare il benessere psicologico e supportare il trattamento delle dipendenze patologiche.

Obiettivi del Corso

- **Introduzione alla Mindfulness:** Fornire ai professionisti delle dipendenze una comprensione teorica e pratica della mindfulness.
- **Applicazioni Cliniche:** Esplorare come la mindfulness può essere integrata nei trattamenti per le dipendenze.
- **Benefici per i Professionisti:** Dimostrare come la pratica della mindfulness può migliorare il benessere dei professionisti stessi, riducendo lo stress ed il rischio di burnout e migliorando la qualità della relazione terapeutica.
- **Strumenti Pratici:** Offrire tecniche e strumenti pratici che i partecipanti possono utilizzare sia per il proprio benessere che nel lavoro con i pazienti.

PROVIDER ECM n° 181



Attribuzione del rating di legalità - Protocollo n° 0068849 - Punteggio ★★★

MIND DISTRICT • THE HIVE / H2
Viale Decumano 36 • 20157 Milano
Tel. (+39) 02 89693750

Cod. Fisc. o P.IVA 03338800968
C.C.I.A.A. REA 1668450
Capitale Sociale € 10.000,00 i.v.



Programma Scientifico

21 febbraio 2025

Relatrice: dott.ssa Cecilia Clementi

09.00 Introduzione ed obiettivi del corso

09.10 Sessione I - Cornice teorica sulla mindfulness

Mindfulness come approccio evidence-based: i programmi basati sulla mindfulness e revisione sui risultati principali della ricerca scientifica

Mindfulness e dipendenze patologiche: i programmi di mindfulness nell'ambito delle dipendenze patologiche e revisione dei risultati principali della ricerca scientifica

Descrizione del programma di prevenzione della ricaduta attraverso la mindfulness (mindfulness based relapse prevention, MBRP) e sue applicazioni

10.45 *Pausa*

11.00 Sessione II - Parte esperienziale

11.00 Check-in e presentazione dei partecipanti

11.30 Pratica di mindfulness da seduti: l'ancoraggio al presente e Condivisione

11.45 Esplorare il corpo: pratica di mindfulness da distesi

12.00 Pratica di mindfulness in movimento

12.10 Condivisione

12.25 Pratica di mindfulness sui sensi

12.40 Condivisione e psicoeducazione

13.00 *Pausa pranzo*

14.15 Breve pratica di riconnessione al presente e check-in a coppie o in piccoli gruppi

14.30 Pratica di mindfulness sull'osservazione della mente e Condivisione

15.00 Consapevolezza dei triggers e del craving: pratica di mindfulness sulla gestione del craving, Condivisione e psicoeducazione

15.40 Pratica di mindfulness in movimento e Condivisione

16.00 *Pausa*

PROVIDER ECM n° 181



Attribuzione del rating di legalità - Protocollo n° 0068849 - Punteggio ★★ ★

MIND DISTRICT • THE HIVE / H2
Viale Decumano 36 • 20157 Milano
Tel. (+39) 02 89693750

Cod. Fisc. o P.IVA 03338800968
C.C.I.A.A. REA 1668450
Capitale Sociale € 10.000,00 i.v.



- 16.15 Pratica di mindfulness nelle situazioni ad alto rischio di ricaduta, Condivisione e psico-
educazione
- 17.00 Pratica del Prendersi cura di sé, Condivisione e psicoeducazione sull'auto-compassione
- 17.45 Pratica di mindfulness sull'interconnessione e Condivisione finale
- 18.10 Cerchio finale di chiusura
- 18.15 Conclusioni

PROVIDER ECM n° 181



Attribuzione del rating di legalità - Protocollo n° 0068849 - Punteggio ★★★

MIND DISTRICT • THE HIVE / H2
Viale Decumano 36 • 20157 Milano
Tel. (+39) 02 89693750

Cod. Fisc. o P.IVA 03338800968
C.C.I.A.A. REA 1668450
Capitale Sociale € 10.000,00 i.v.



INFORMAZIONI GENERALI

DATA E SEDE

21 febbraio 2025

Le Case, Sala congressi

Contrada Mozzavinci, 16/17

62100 Macerata MC

PROVIDER ECM E SEGRETERIA ORGANIZZATIVA

DYNAMICOM EDUCATION SRL - id 181

Mind District. The Hive/H2

Viale Decumano, 36 – 20157 Milano

Enrica Milani enrica.milani@dynamicom-education.it

ECM (Educazione Continua in Medicina)

Il corso sarà inserito nella lista degli eventi definitivi ECM nel programma formativo 2025 del Provider. Per l'ottenimento dei crediti formativi i partecipanti dovranno: essere specializzati esclusivamente nelle discipline indicate sul programma, presenziare al 90% dei lavori scientifici (verifica presenza con firma su registro), superare la verifica di apprendimento (strumento utilizzato questionario), consegnare in segreteria la documentazione compilata in ogni sua parte.

Verifica Apprendimento Partecipanti: quiz online su piattaforma

Verifica presenza: rilevamento presenza elettroniche

Categoria Accreditata: Medico chirurgo, Infermiere, Psicologo, Biologo, Educatore Professionale, Assistente Sanitario, Tecnico della Riabilitazione Psichiatrica, Farmacista Ospedaliero

Discipline Principali:

allergologia e immunologia clinica, anatomia patologica, anestesia e rianimazione, angiologia, audiologia e foniatría, biochimica clinica, cardiocirurgia, cardiologia, chirurgia generale, chirurgia maxillo-facciale, chirurgia pediatrica, chirurgia plastica e ricostruttiva, chirurgia toracica, chirurgia vascolare, continuità assistenziale, cure palliative, dermatologia e venereologia, direzione medica di presidio ospedaliero, ematologia, endocrinologia, epidemiologia, farmacologia e tossicologia clinica, gastroenterologia, genetica medica, geriatria, ginecologia e ostetricia, igiene degli alimenti e della nutrizione, igiene, epidemiologia e sanità pubblica, laboratorio di genetica medica, malattie dell'apparato respiratorio, malattie infettive, malattie metaboliche e diabetologia, medicina aeronautica e spaziale, medicina del lavoro e sicurezza degli ambienti di lavoro, medicina dello sport, medicina di comunità, medicina e chirurgia di accettazione e di urgenza, medicina fisica e riabilitazione, medicina generale (medici di famiglia), medicina interna, medicina legale, medicina

PROVIDER ECM n° 181



Attribuzione del rating di legalità - Protocollo n° 0068849 - Punteggio ★★ ★

MIND DISTRICT • THE HIVE / H2

Viale Decumano 36 • 20157 Milano

Tel. (+39) 02 89693750

Cod. Fisc. o P.IVA 03338800968

C.C.I.A.A. REA 1668450

Capitale Sociale € 10.000,00 i.v.



nucleare, medicina subacquea e iperbarica, medicina termale, medicina trasfusionale, microbiologia e virologia, nefrologia, neonatologia, neurochirurgia, neurofisiopatologia, neurologia, neuropsichiatria infantile, neuroradiologia, oftalmologia, oncologia, organizzazione dei servizi sanitari di base, ortopedia e traumatologia, otorinolaringoiatria, patologia clinica (laboratori di analisi chimico-cliniche e microbiologia), pediatria, pediatria (pediatri di libera scelta), psichiatria, psicoterapia, radiodiagnostica, radioterapia, reumatologia, scienza dell'alimentazione e dietetica, urologia).

Numero Partecipanti: 35

Provenienza Partecipanti: regionale/ macroregionale

Obiettivo Formativo: n. 3

Totale ore formative: 8 ore

Crediti ECM: 8

Referente Scientifico e relatore:

COGNOME NOME	spec	affiliazione	città
CLEMENTI CECILIA	Psicologia	Psicologa, psicoterapeuta e d Istruttore protocolli mindfulness based presso il Centro Recupero per le Dipendenze "San Nicola", Piticchio di Arcevia (AN)	Ancona

PROVIDER ECM n° 181



Attribuzione del rating di legalità - Protocollo n° 0068849 - Punteggio ★★ ★

MIND DISTRICT • THE HIVE / H2
Viale Decumano 36 • 20157 Milano
Tel. (+39) 02 89693750

Cod. Fisc. o P.IVA 03338800968
C.C.I.A.A. REA 1668450
Capitale Sociale € 10.000,00 i.v.