

Il Progetto MOM

Meditazione orientata alla Mindfulness

Webinar rivolto a docenti, operatori sanitari e genitori

martedì 2 febbraio 2021 dalle 16.30 alle 17.45

collegandosi al link

<https://rafv-g-insiel.webex.com/rafv-g-insiel/j.php?MTID=md37f5cf85bb7f82158ff1791111f36b0>

La pandemia da Covid19 ha avuto un impatto su tutti e in tutti i settori modificando le abitudini e gli stili di vita delle persone, incluso quelle dei bambini e ragazzi, che oltre a veder ridurre le possibilità di uscire di casa e frequentare i coetanei, si sono ritrovati a non andare più a scuola e ad avere una didattica a distanza, modalità che non avevano mai sperimentato. Situazione, quest'ultima, che si è ulteriormente prolungata, dallo scorso ottobre, per gli studenti delle scuole secondarie di secondo grado. Alcune ricerche effettuate, anche in Regione Friuli Venezia Giulia, hanno cercato di analizzare le reazioni e il benessere/malessere degli studenti e genitori durante il lockdown e la pandemia. In quest'occasione avremo la possibilità di ascoltare i risultati delle indagini e gli effetti del percorso MOM seguito da alcuni docenti della Regione durante l'anno appena concluso. La mindfulness (presenza mentale o consapevolezza) è un metodo per la riduzione dello stress che si basa sulla pratica dell'attenzione consapevole, consiste in un insieme di tecniche codificate che insegnano a porre attenzione al "qui e ora", mantenendo un atteggiamento gentile e non giudicante.

Programma

16.30	Introduzione moderatore	Dott. Luana Sandrin Direzione centrale salute della Regione FVG
16.35	La mindfulness e il progetto MOM in Friuli Venezia Giulia	Prof. Franco Fabbro Medico neurologo e neuropsichiatra Professore Ordinario di Neuropsichiatria Infantile Università degli Studi di Udine
16.55	I ragazzi e genitori durante la pandemia da Covid – indagine sul benessere/ malessere e risultati	Prof. Cristiano Crescentini Ricercatore universitario, psicologo, psicoterapeuta, phd in neuroscienze e istruttore di mindfulness Università degli Studi di Udine
17.15	La MOM nella pratica: l'esperienza dei docenti	Prof. Caterina Florio-Referente ambito 3 Ufficio Scolastico di Udine Prof. Marina Mainardis – I.C. Turoldo, Tolmezzo Prof. Marika Fagotto – I.C. T. Modotti, Premariacco
17.30	Il futuro del progetto MOM nel quadro di scuole che promuovono salute	Referenti delle aziende sanitarie per la promozione della salute nelle scuole Dott. Roberta Fedele ASUGI Dott. Donatella Belotti Dott. Danila Dosa ASUFC Dott. Jessica Giordari Dott. Marta Pozzi ASFO

Per informazioni, ricevere ulteriori dettagli per il collegamento e aderire inviare mail, indicando se docente/operatore sanitario/ genitore con nome cognome al seguente indirizzo: ufficio@educazionefisicapn.org