SIMAISS. ATTIVITA' DIDATTICA 2020. PNEIMED A ROMA

SCUOLA DI MEDICINA INTEGRATA E DI SCIENZE DELLA SALUTE.

DIRETTORE PROF. FRANCESCO BOTTACCIOLI.

CORSO INTENSIVO DI BASE PNEIMED, MEDITAZIONE A INDIRIZZO PNEI. ROMA

24-25-26-27 SETTEMBRE 2020

in fase di accreditamento ECM

Ai precedenti corsi sono stati attribuiti n. 42 crediti ECM per tutte le professioni sanitarie

Sede: Roma, via Trionfale 65 (zona Prati, Fermata Ottaviano della Metro A, direzione Battistini)
Durata: 4 giorni per un totale di 30 ore di insegnamento teorico e pratico.
Periodo: 24-25-26-27 Settembre 2020
Orario: 9-13//14,00-18,30. L'ultimo giorno 8-14,15
Modalità: Lezioni scientifiche (Francesco Bottaccioli) ed insegnamenti di tecniche di rilassamento e antistress (Antonia Carosella), secondo un modello di alternanza sperimentato da anni.

Argomenti delle lezioni teoriche

1. Le relazioni psiche-cervello-corpo: presentazione sintetica generale
2. Le influenze del cervello sul corpo: sistema dello stress e malattie
3. Le influenze del cervello sul corpo: emozioni e malattie
4. Le influenze del corpo sul cervello: il cibo
5. Le influenze del corpo sul cervello: l'attività fisica
6. Gli effetti delle tecniche antistress sul cervello e sulla salute in generale
7. Il Metodo PNEIMED: le verifiche di efficacia con esperimenti controllati

Argomenti delle lezioni di tecniche antistress e meditative

1. I fondamenti filosofici del Metodo PNEIMED
2. Rilassamento: esercizi di base
3. Respirazione: tecniche di base
4. Visualizzazioni: tecniche di base

Testi di riferimento

A. Carosella, F. Bottaccioli, *Meditazione, psiche e cervello*, II ed., Tecniche Nuove, Milano 2012
F. Bottaccioli, A. Carosella, *Mente inquieta. Stress, ansia e depressione*, Tecniche Nuove, Milano 2011

Docenti

Francesco Bottaccioli è laureato in Filosofia e Storia della Scienza e anche in Neuroscienze Cognitive e Psicologia. Fondatore e presidente onorario della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia, insegna Pnei nella Formazione post-laurea di alcune Università. In particolare è membro della Direzione del Master di II Livello in "PNEI e scienza della cura integrata" dell'Università dell'Aquila e del Master di I Livello in PNEI dell'Università di Torino.
Antonia Carosella è laureata in Pedagogia indirizzo Psicologico, pratica meditazione da oltre quarant'anni, insegna tecniche antistress e meditative (metodo Pneimed) nel Master di II Livello in "Pnei e scienza della cura integrata" dell'Università dell'Aquila e nel Master di I Livello in PNEI dell'Università di Torino

Ricerca scientifica

La Simaiss sta portando avanti da anni, anche in collaborazione con alcune Università italiane, uno studio sugli effetti delle tecniche antistress sul benessere individuale. Gli iscritti al corso saranno quindi invitati a partecipare a uno studio di valutazione di efficacia che registra le eventuali variazioni di benessere individuale e di regolazione dell'asse dello stress tra l'inizio e la fine del corso mediante un breve test. Ovviamente la partecipazione allo studio è libera, su consenso informato e rigorosamente anonima.

Costi: L'iscrizione al corso costa 450 iva inclusa con un massimo di 20 partecipanti, che verranno inseriti in base alla data del bonifico di iscrizione.

Iscrizioni: le iscrizioni sono aperte; si procederà all'assegnazione dei posti secondo l'ordine di arrivo del bonifico e comunque entro e non oltre il 25 LUGLIO 2020

Modalità di iscrizione. Per iscriversi occorre fare un bonifico con l'intera quota al Centro di Medicina Naturale sas, San Paolo IMI, Agenzia di Aprilia (LT), via delle Margherite 121 IBAN: IT 40 V 03069 73920 100000000789.
Una volta effettuato il bonifico si prega di darne tempestiva comunicazione per e-mail a bottac.fra@gmail.com assieme a **nome e cognome, indirizzo, codice fiscale (o partita Iva), telefono**. **Dati assolutamente necessari per la corretta registrazione e l'emissione della relativa fattura.**

Recesso

È possibile recedere dalla iscrizione prima della data di scadenza (25 LUGLIO 2020) e riavere indietro la quota versata con una detrazione del 10% per spese bancarie e di segreteria. Dopo il 25 LUGLIO 2020, la quota versata non sarà restituita, ma trasformata in un credito da utilizzare in un'altra iniziativa gestita dal Centro di medicina naturale.

Segreteria scientifica

dott.ssa Anna Giulia Bottaccioli
annagiulia.bottaccioli@gmail.com
3515677438