

INVITO: Workshop B5 giovedì 20 novembre 2014 ore 9,00 – 12,00

BOLOGNA 19 E 20 NOVEMBRE 2014 FORUM DELLA NON-AUTOSUFFICIENZA



Di cosa si tratta

Si tratta di un evento per operatori, studiosi ed esperti del settore per affrontare le politiche per la "non autosufficienza" e gli interventi nella pratica quotidiana d'aiuto, nei confronti delle persone che hanno perduto la propria autonomia fisica, psichica, cognitiva.

E' un momento di confronto sulle azioni di supporto e sollievo per chi si assume il lavoro di cura.

Come si articola

Il Forum propone un ricco programma di convegni in sessione plenaria e workshop curati da qualificati esperti del settore.

Il tema del ben-essere sul lavoro "incontra" la Politica volta al miglioramento continuo del Cerino Zegna nell'anno 2005.

La Promozione della Salute è:

- una prospettiva di investimento per Enti ed Istituzioni che hanno compreso e sperimentato quanto sia diretta la relazione tra la buona salute dei dipendenti di un'azienda e la "buona salute" dell'azienda stessa (espressa in termini di produttività)
- un vero e proprio spazio personale nel quale assumere stili di vita volti favorire la propria salute fisica e psichica: **noi stessi diventiamo promotori della nostra ed altrui salute.**

Il Cerino Zegna, per la prima volta nel 2009, presenta a Bologna la sua esperienza di studio e percorso al Ben-essere dell'operatore.

Negli anni successivi, il successo del workshop, porterà alla richiesta di approfondire l'argomento.

WORKSHOP B5 giovedì 20.11.2014 ore 9.00-12.00

Organizzatore: Opera Pia A. E. Cerino Zegna –
Occhieppo Inferiore

TITOLO: "Il lavoro e la vita: trovare significato all'esistenza lavorativa e costruire Benessere nelle comunità socio-sanitarie" *

Presentazione e Obiettivi

Il workshop si propone di promuovere la salute e il benessere dei partecipanti attraverso l'utilizzo di strumenti e tecniche pratiche per favorire l'efficacia personale e lo sviluppo del proprio potenziale, trasformando in opportunità i momenti e le situazioni difficili.

- Come gestire stress e stanchezza, ossigenare rapidamente il corpo, recuperare vitalità, rilasciare tensioni, ansia, fatica e rabbia, mantenere la focalizzazione sui propri obiettivi.
- Come gettare le basi per armonizzare vita familiare e lavorativa, ottimizzare la gestione del tempo, migliorando la qualità della propria vita, portando fluidità tra corpo, emozioni e mente.

A chi è rivolto

Il workshop si rivolge alle figure professionali che lavorano nell'ambito socio-sanitario e della relazione d'aiuto e a coloro che dirigono strutture socio-sanitarie. E' particolarmente indicato per coloro che vogliono prendere consapevolezza del proprio potere personale nell'ambito della promozione della salute propria e altrui.

Metodologia

Il workshop è di tipo prettamente esperienziale con il coinvolgimento attivo dei partecipanti

Link al sito <http://www.nonautosufficienza.it/>

*Docente

Merina Colaiacomo, Coordinatore Infermieristico Medicina Riabilitativa Degenza e Facilitatore della formazione presso l'ASL di Biella, Dottore in Somatopsichica, che da 20 anni si occupa di benessere personale, di gruppo e lavorativo, favorendo l'apprendimento pratico di tecniche di meditazione e visualizzazione, ginnastica dolce e tecniche post reichiane nell'ambito della comunicazione e della motivazione. Responsabile di zona e socio fondatore dell'associazione SYNESIS, un'associazione di Promozione Sociale volta alla ricerca dello sviluppo e l'automiglioramento della persona.