

L'evento formativo si svolge a corollario del progetto biennale: "Ben-essere con la mindfulness".

L'obiettivo dell'evento è offrire un aggiornamento e una formazione ai professionisti sull'invecchiamento, i suoi processi e gli atteggiamenti nei confronti di quest'ultima fase della vita che ai giorni nostri sta diventando longevità. Si farà cenno al protocollo MBEC Mindfulness Based Elder Care ideato da Lucia McBee (*McBee, 2008*).

Ai partecipanti è richiesto un contributo volontario a parziale copertura delle spese organizzative da versare a Fondazione Progetto Uomo onlus secondo le seguenti modalità:

Causale erogazione liberale a
FondazioneProgetto Uomo

IBAN IT 61 J 02008 11910 000040722826

SEDE

Sala Valduga presso la CCIAA di Udine
Ingresso Piazza Venerio 8 UDINE

CONTATTACI

Fondazione Progetto Uomo onlus
Tel. 3927735035

o

0437/950909

Email: info@fondazioneprogettouomo.it
Web site www.fondazioneprogettouomo.it



Evento formativo

INVECCHIAMENTO CONSAPEVOLE:

AGING E AGEISM

Docente: prof.ssa Rossana De Beni

29 gennaio 2025

Sala Valduga CCIAA di Udine

UDINE

DOCENTE



prof.ssa Rossana De Beni Psicologa, Psicoterapeuta, già Professore Ordinario presso l'Università degli Studi di Padova, Presidente della SIPI Società Italiana di Psicologia dell'Invecchiamento. I suoi ambiti di interesse sono: apprendimento, memoria e metacognizione e mindfulness nel ciclo di vita.

È autrice di numerosi contributi scientifici su riviste del settore, di saggi scientifici e didattici oltre che di strumenti testistici di valutazione e di programmi di trattamento.

PROGRAMMA

ore 9:00 registrazione dei partecipanti

ore 9:15 introduzione alla giornata, Pratica di consapevolezza dell'intenzione e motivazione

ore 10:00 Invecchiamento, vecchiaia, longevità

ore 11:00 pausa caffè

ore 11:15 Aspetti demografici- sociali – cognitivi – affettivi -motivazionali -di personalità.

ore 12:00: pratica, condivisione e discussione

Ore 13:00: pausa pranzo

Ore 14.30: Pratica

Ore 15:00: Linee guida nel lavoro di cura con la persona anziana

Ore 15:30: Felicità, Benessere e Mindfulness nell'ultima parte della vita. Il protocollo MBEC MindfulnessBased Elder Care ideato da Lucia McBee (*McBee, 2008*).

Ore 16:00: Pratica, condivisione, domande e discussioni

Ore 17:00 conclusione

In questi ultimi anni i temi della consapevolezza, della presenza mentale e della connessione al momento presente, nell'interezza dell'esperito, stanno interessando anche l'invecchiamento, nell'ottica della promozione delle potenzialità ancora presenti nonostante l'andare degli anni. Tale interesse sta facendosi strada nel panorama scientifico con il nome di conscious aging, ossia invecchiamento consapevole, ponendo in luce l'importanza della presenza autentica verso gli eventi che accadono, in termini di accettazione delle esperienze di vita, siano essi cambiamenti fisici, psicologici, emotivi, cognitivi o di ruolo, includendoli come parte di un processo di cambiamento autentico dove nulla rimane mai uguale. Questo approccio, rispetto ad altri, implica che la persona, in ogni fase del suo processo di invecchiamento, assuma un atteggiamento più complesso di responsabilità, trovando fondamento nell'esperienza intenzionale della pratica. <https://www.psicologiacontemporanea.it/blog/ad-ogni-eta-presenti/>



Sede dell'evento formativo: Sala Valduga presso CCIAA di Udine ingresso da Piazza Venerio 8 - Udine



ORARIO: 9:15-17:00
Dalle 13:00 alle 14:30 pausa pranzo



Numero massimo di partecipanti: 50