



Provider: ProfConServizi – Servizi per le Professioni

ID. 2502

ID evento: 444490

PROGRAMMA CORSO di MEDITAZIONE MOM
18 MARZO – 13 MAGGIO 2025
C/O Ordine dei Medici Veterinari della Provincia di Udine
Piazzale Osoppo,1 - Udine

Il corso di meditazione MOM per i Medici Veterinari della Provincia di UDINE (UD) si svolgerà in 9 incontri settimanali. Gli incontri, esclusa la prima serata di introduzione e indicazioni “tecniche”, includeranno una parte teorica con temi specifici, una pratica di meditazione MOM e una fase finale di *inquiry*, dedicata alla condivisione e discussione attiva tra docente e partecipanti riguardo alle esperienze durante la meditazione. Dopo il primo incontro (seconda giornata di corso), i partecipanti saranno incoraggiati a praticare la meditazione autonomamente almeno una volta al giorno, con l'ausilio di file audio guida disponibili progressivamente. La pratica (sia quella in presenza che quella quotidiana privata) manterrà lo stesso formato, con un'importante differenza: le indicazioni della voce guida saranno inizialmente più frequenti, rappresentando circa il 50% del parlato nella prima pratica, e si ridurranno progressivamente. Nell'ottavo incontro, l'obiettivo è raggiungere un livello quasi di silenzio, consentendo ai partecipanti di sviluppare una maggiore indipendenza e confidenza nella loro pratica.

La parte conclusiva di ogni incontro, l'*inquiry*, è un momento cruciale del corso. Nonostante non rientri nel tradizionale modello di insegnamento, assume un ruolo fondamentale nell'arricchimento dell'esperienza di apprendimento. L'*inquiry* rappresenta un'occasione concreta per interagire con meditatori più esperti e condividere con altri praticanti esperienze e sensazioni. Offre ai partecipanti l'opportunità unica di esprimere e discutere eventuali difficoltà, perplessità e dubbi emersi durante la pratica, fornendo un valore aggiunto all'apprendimento complessivo. Questo processo mira a creare un ambiente di crescita e connessione, aspetti che spesso risultano difficili, se non impossibili, da sviluppare durante la pratica individuale.

Tutti gli incontri saranno tenuti dal Dottor PITTIONI Eugenio, anche responsabile scientifico. Non sono previsti sostituiti. Ai discenti viene richiesto almeno il 90% di frequenza, partecipazione attiva all'*inquiry* e la volontà di praticare la meditazione MOM in autonomia almeno 5 volte alla settimana.

La verifica dell'apprendimento avverrà in data 13 maggio tramite test a risposta multipla.

I giornata – MATERIALI, METODI

DATA	18 MARZO 2025
Relatore: Eugenio PITTIONI	20.00 – 21.00 Introduzione al corso, presentazioni, tecniche e strumenti meditativi. 21.00 – 22.00 Teoria: STORIA della MEDITAZIONE - I parte

II giornata - I incontro

DATA	25 MARZO 2025
------	---------------

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: STORIA della MEDITAZIONE – II parte
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione

III giornata - II incontro

DATA **01 APRILE 2025**

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: MALINTESI sulla MEDITAZIONE
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione

IV giornata - III incontro

DATA **08 APRILE 2025**

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: STARE di FRONTE al DOLORE
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione

V giornata - IV incontro

DATA **15 APRILE 2025**

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: ATTENZIONE e CONSAPEVOLEZZA di SBAGLIARE
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione

VI giornata - V incontro

DATA **22 APRILE 2025**

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: QUI E ORA
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione

VII giornata - VI incontro

DATA **29 APRILE 2025**

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: DISIDENTIFICAZIONE
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione

VIII giornata - VII incontro

DATA **06 MAGGIO 2025**

Relatore:	20.00 – 20.30	Teoria: DEAUTOMATIZZAZIONE
Eugenio	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
PITTIONI	21.00 – 22.00	Interattiva: <i>Inquiry</i> : condivisione e discussione



IX giornata - VIII incontro

DATA

13 MAGGIO 2025

Relatore: Eugenio PITTONI	20.00 – 20.30	Teoria: LASCIAR ANDARE
	20.30 – 21.00	Pratica: meditazione MOM
	21.00 – 22,00	Interattiva: Inquiry: condivisione e discussione
	22.00 – 22.45	Valutazione corso e Verifica apprendimento tramite test a risposta multipla.

Durata complessiva corso: **ore 18**

Corso destinato ai **Medici Veterinari**.

Responsabile Scientifico: **Dott. Eugenio Pittioni**

Obiettivi Formativi: **Integrazione interprofessionale e multiprofessionale, interistituzionale.**

Area: **Veterinaria**

Quota di partecipazione: **€. 50,00**

Partecipanti ECM: **18**

Attività formativa interattiva: **ore 10**

Crediti ECM: **26,4**

Per poter acquisire i crediti ECM è necessaria la presenza documentata ad almeno il 90% della durata delle ore di lezione ed il superamento del 75% dei quesiti che compongono il test di valutazione dell'apprendimento.

Si ricorda che per l'ottenimento dei crediti ECM è obbligatorio:

- ✓ Effettuare il 90% delle ore di presenza
- ✓ La corretta compilazione del foglio firma (firma entrata ed uscita con annotazione dei relativi orari)
- ✓ La compilazione dei questionari di valutazione dell'apprendimento e della qualità percepita.

Nel caso dovessero mancare le firme sul registro delle presenze o sul questionario finale di valutazione dell'apprendimento, il Provider ProfConServizi – Servizi per le Professioni non potrà rilasciare i crediti ECM al partecipante.