

## Master di Mindfulness

### Edizione Autunno 2025

Data	Orario	Modalità	Lezione
Lun. 01/09/2025	00:00	E-Learning	Rilascio corsi FAD asincroni: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mindfulness Basic Training;</li> <li>• Self-Compassion;</li> </ul>
Lun. 08/09/2025	18:30- 20:00	Webinar	- La Federazione e l'Albo Nazionale Mindfulness: tutela e opportunità; - Le Certificazioni Mindfulness; - Deontologia e Legislazione.
Sab. 13/09/2025	09:30 – 13:00	Webinar	Psicologia Positiva e Mindfulness
	14:00 – 18:00	Webinar	Laboratorio pratico di Mindful Self-Compassion
Sab. 27/09/2025	9:30 – 17:30	Webinar	Mindfulness psicosomatica
Sab. 04/10/2025	9:30 – 17:30	Webinar	Mindful Eating
Dom. 05/10/2025	9:30 – 17:30	Webinar	Mindful Eating
Sab. 11/10/2025	09:30 – 13:00	Webinar	Mindfulness e gestione gruppo
	14:00 – 17:30	Webinar	Creativity Mindfulness
Dom. 12/10/2025	09:30 – 13:00	Webinar	Creativity Mindfulness
	14:00 – 18:00	Webinar	Laboratorio pratico di Mindful Self-Compassion
Sab. 08/11/2025	9:30 – 17:30	Webinar	MBSR Teacher Certification Program
Sab. 22/11/2025	14:00 – 18:00	Webinar	Laboratorio pratico di Mindful Self-Compassion
Sab. 29/11/2025	9:30 – 17:30	Webinar	MBSR Teacher Certification Program
Sab. 28/02/2026	A par.re dalle 14:00	In aula – Ispra (VA)	Residenziale Mindfulness
Dom. 01/03/2026	Fino alle 17:15	In aula – Ispra (VA)	Residenziale Mindfulness

Programma aggiornato in data 31/03/2025

*Mantenendo le giornate di calendario prestabilite, in caso di imprevisti da parte dei docenti, la cronologia degli argomenti trattati all'interno della formazione potrà subire variazioni. Inoltre a causa di imprevisti gravi e/o malattia i docenti si riservano la facoltà di designare un sostituto che garantirà la tematica prestabilita della giornata formativa.*