



Fondazione IRCCS  
Policlinico San Matteo

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

**EVENTO RESIDENZIALE**  
Formazione Residenziale Classica  
(fino a 100 partecipanti)

**ID:IN FASE DI ACCREDITAMENTO ECM    Codice interno: RES\_37 2025**

**Ore:2**

**GESTIRE E PREVENIRE ATTI DI AGGRESSIONE  
FISICA E VERBALE E IL BENESSERE LAVORATIVO  
(MINDFULNESS) – CORSO BASE**

**EDIZIONI n. 4**

**Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo  
PAVIA**

## DESCRIZIONE EVENTO

Negli ultimi anni sono sempre più frequenti le situazioni di aggressione fisica e verbale in ambito lavorativo che incidono pesantemente sul benessere del lavoratore e sul clima organizzativo. In questo corso si forniranno gli elementi sulla "pratica della mindfulness" che insegna a prestare attenzione completa e senza giudizio alla persona che comunica, permettendo una comprensione più profonda dei bisogni, delle preoccupazioni e delle prospettive degli altri, contribuendo così a creare un ambiente di lavoro più inclusivo e empatico. Il corso sarà tenuto da docente qualificato "MBSR Teacher Trainer" iscritto nel Registro Nazionale Mindfulness e rientra nell'aggiornamento obbligatorio secondo D.lgs 81/08 e s.m.i., per Dirigenti e Preposti

## OBIETTIVI FORMATIVI TECNICO PROFESSIONALI

### OBIETTIVI SPECIFICI

Acquisire e sviluppare le conoscenze sulla pratica della mindfulness quale strumento di benessere lavorativo.

### AREA DI RIFERIMENTO (OBIETTIVI NAZIONALI)

TP 27 - Sicurezza negli ambienti e nei luoghi di lavoro e patologie correlate; Radioprotezione.

### TEMATICA REGIONALE

4. Azioni formative a sostegno delle capacità relazionali

## PARTECIPANTI TOTALI INTERNI N. 20

### DESTINATARI: Figure sanitarie e non sanitarie

### AZIENDE

**Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo –PV-**

### RESPONSABILE SCIENTIFICO

**BOCCHIERI ANDREA** *Ingegnere - Direttore S.C. Prevenzione e Protezione  
Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo -Pavia*

### FACULTY

**BOCCHIERI ANDREA** *Ingegnere - Direttore S.C. Prevenzione e Protezione –  
Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo –Pavia*

**TOSCANI MARCO** *Assistente Tecnico S.C. Prevenzione e Protezione  
Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo –Pavia*

**Tutor** *a cura della SS Formazione e Sviluppo Competenze - Fondazione IRCCS  
Policlinico San Matteo – Pavia*

## PROGRAMMA

Totale ore n. 2

ORARIO	CONTENUTI	
14:15 – 14:30	REGISTRAZIONE DEI PARTECIPANTI / PATTO D'AULA	
14.30 – 15.00	<i>Lo stress lavoro-correlato e gli atti di violenza nel comparto sanitario. La persona negli ambienti di vita e di lavoro. Le origini della mindfulness: dal buddismo la consapevolezza del flusso della propria esistenza. I sette principi della mindfulness.</i>	Docenti e sostituti  Faculty
15.00 - 15.30	<i>Una storia zen... Esperienza di meditazione e condivisione (inquiry). Quanto siamo consapevoli dello stress, omeostasi e allostasi. Riprendere i sensi.</i>	
15.30 – 16.00	<i>Esperienza di meditazione e condivisione (inquiry). Il protocollo MBSR di John Kabat Zinn.</i>	
16.00 – 16.20	<i>Esperienza di meditazione e condivisione (inquiry). Effetti della meditazione sul cervello e principali ricerche scientifiche. Meditazione e studi con la risonanza magnetica funzionale (fRM). Una storia zen... Conclusione.</i>	
16.20 – 16.30	<b>Valutazione ECM e chiusura dei lavori</b> <b>METODOLOGIA DIDATTICA</b> <b>Lezione/Discussione</b>  <b>MODALITA'/DESCRIZIONE DI VALUTAZIONE DELL'EVENTO: APPRENDIMENTO</b> <b>X TEST A SCELTA MULTIPLA</b> <i>A.Bocchieri / M. Toscani</i>	

## INFORMAZIONI DATA E SEDE

Totale Edizioni - 8    Giornate per Edizione - 1    Totale ore per Edizione: 2

EDIZIONE	CALENDARIO	ORARIO	AULA DIDATTICA
1	04 marzo 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
2	18 marzo 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
3	01 aprile 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
4	15 aprile 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
5	23 settembre 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
6	07 ottobre 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
7	21 ottobre 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA
8	04 novembre 2025	14:30 – 16:30	Aula 1 DEA

Aula Didattica n° 1 – Corpo A, piano + 1 Padiglione DEA - Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo  
Indirizzo – 27100 Pavia

## PARTECIPAZIONE E CREDITI ECM

La soglia di partecipazione richiesta è del 100% delle ore totali previste dal programma per eventi formativi di durata uguale o inferiore a 6 ore; la soglia minima dell'80% è, invece, prevista per eventi formativi superiori alle 6 ore e del 90% per corsi con vincoli legislativi, come ad esempio la formazione ex D.Lgs. n. 81/2008, secondo le indicazioni contenute nel Decreto Direzione Generale Welfare n. 19280 del 29/12/2022, all'evento sono stati preassegnati n. **3,2 crediti ECM**.

**L'attestato crediti** relativo all'evento sarà rilasciato solo ed esclusivamente ai partecipanti che avranno **superato la soglia dell'80% del questionario di apprendimento**, che avranno **raggiunto la soglia minima di partecipazione**, che avranno compilato il questionario di gradimento (Customer Satisfaction).

Il **questionario di gradimento** (Customer Satisfaction) andrà compilato **on-line sulla piattaforma Sigma Formazione** (in "le mie iscrizioni") **entro 7 GIORNI** a partire dalla fine del corso stesso.

## EVENTO GRATUITO

### MODALITÀ DI ISCRIZIONE ALL'EVENTO

**DIPENDENTI della Fondazione I.R.C.C.S. Policlinico San Matteo:**

**Iscrizione on-line in SIGMA FORMAZIONE** (effettuare il login utilizzando le stesse credenziali dell'Angolo Dipendente) "Catalogo corsi/Iscrizioni", cliccando sul tasto "Iscriviti".

Le procedure per le iscrizioni ai corsi sono disponibili nella Home Page di Sigma Formazione (dopo aver eseguito il login) - Documenti Formazione - Presenti n.4 documenti.

L'iscrizione sarà validata dal Responsabile Scientifico dell'evento e/o dalla SS Formazione e Sviluppo Competenze e sarà necessario, da parte del dipendente, accertarsi della effettiva iscrizione/validazione nella sezione, all'interno di Sigma Formazione, "le mie iscrizioni".

Per il riconoscimento delle ore di formazione è necessario procedere con la **timbratura con casuale PARTECIPANTE** presso i timbratori abilitati.

### VALUTAZIONE RICADUTA ORGANIZZATIVA Livello n. 2

Si prevede di misurare l'efficacia e l'efficienza dell'attività formativa ai seguenti livelli:

- X LIVELLO 1 - REAZIONE E SODDISFAZIONE
- X LIVELLO 2 – APPRENDIMENTO
- LIVELLO 3 - COMPORTAMENTO (VALUTAZIONE DI IMPATTO A LIVELLO INDIVIDUALE)
- LIVELLO 4 - RISULTATI (VALUTAZIONE DI IMPATTO A LIVELLO ORGANIZZATIVO)

## EVENTO NON SPONSORIZZATO

### SEGRETERIA ORGANIZZATIVA - PROVIDER ECM-CPD – ID 3029

**SS Formazione e Sviluppo Competenze**

Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo

V.le Golgi, 19 - 27100 Pavia

**Segreteria: Fania Pazzi Tel. 0382 503634**

Area Progettazione Formazione Interna e accreditamento ECM Tel. 0382 501343

Area Amministrativa e Formazione esterna Tel. 0382 501511/3634/2718

Area Flussi Informatici e Iscrizioni FAD Tel. 0382 503842/2718/1302

E-mail : [formazione@smatteo.pv.it](mailto:formazione@smatteo.pv.it)

<https://www.sanmatteo.org/site/home.html>