

Programa MINDFULNESS y SALUD MBPM Invierno 2018

“Mindfulness para la salud”



Dirigido por:

Taramati B. López Martí
Profesora colaboradora
Beatriz Rodríguez Vega

Taramati B. López Martí es entrenadora certificada

de Respiravida Breathworks, adherida a los estándares de la Red de Formadores de Profesores de mindfulness (UK Network for Mindfulness-Based Teacher Trainers) de Reino Unido y está acreditada por la Federation of Holistic Therapists.

Beatriz Rodríguez Vega es Psiquiatra con práctica profesional en el H.U. La Paz de Madrid, Profesora de la UAM. Instructora certificada por el CFM de UMASS como profesora MBSR y cualificada para desarrollar el programa de Mindfulness Interpersonal, MIP. En su trabajo clínico integra las prácticas de Mindfulness en psicoterapia.

Coordinación docente

María Romero Alonso
Tel.: 695 107 008 de 9:30 a 13:30 h
Email:
cursosmindfulnessuam@efsyp.com

Organizan:



Más información:

EFSSYP
(Espacio de Formación en salud y Psicoterapia)

www.espaciosaludpsicoterapia.com
www.masterpsicoterapia.com

Programa de “Mindfulness para la salud” MBPM (Mindfulness Based Pain Management)

El programa MINDFULNESS PARA LA SALUD (MBPM), proporciona herramientas basadas en Mindfulness y compasión que se pueden incorporar a la vida diaria. Su propósito es ayudar a autogestionar tanto la enfermedad y el dolor, como el estrés que a menudo surge al afrontar situaciones difíciles. Durante el curso, se practicará con ejercicios guiados y se propondrán tareas para desarrollar en casa como meditaciones breves, movimientos con atención plena o ejercicios sencillos para cambiar hábitos. El programa se basa en el manual “Tú no eres tu dolor” de Vidyamala Burch, y se desarrolla en ocho sesiones semanales de dos horas y media cada una.

DIRIGIDO A: Público general y a profesionales. El programa está dirigido a todas aquellas personas que quieran introducirse o profundizar en la práctica de la Atención Plena o Mindfulness y aprender otras formas de gestionar el estrés y la enfermedad.

Lugar

Facultad de Medicina UAM.
Edificio “La Pagoda”
C/ del Arzobispo Morcillo, 4. 28029-Madrid

La matrícula se realiza exclusivamente a través de la web de la FUAM:

[Programa de “Mindfulness para la salud”, MBPM 2ª EDICIÓN](#)

Fechas y horario:

Clases presenciales: de 9:00 a 14:00 h
Sábados 3 y 15 de febrero y 3 y 15 de marzo

ES NECESARIO que todos los estudiantes se matriculen online en el módulo. El pago se podrá realizar mediante tarjeta o transferencia bancaria.

Matrícula:

300 € coste total

Una vez realizada la inscripción completa, aparecerán las instrucciones para realizar el pago, ya sea por transferencia o mediante tarjeta de crédito.

Fecha de pago:

En el momento de realizar la inscripción.

Reserva de plaza:

50 € **no reembolsables** (incluidos en los 300 € del coste del curso).

Si una vez realizada la inscripción, usted no puede asistir al curso y nos lo comunica antes del 5 de enero de 2018, se le reembolsarán 250€.

MUY IMPORTANTE:

Si realiza el pago mediante transferencia, el **CONCEPTO** debe incluir el código de seis dígitos que aparece en la carta de pago y el nombre del alumno matriculado. Una vez realizada la matriculación, **rogamos envíen un correo a cursosmindfulnessuam@efsyp.com con sus datos y copia del justificante bancario para que podemos realizar su reserva de plaza.** En un plazo máximo de 5 días recibirá un correo de confirmación de plaza.