

Noi siamo Uno



Terapia integrata
per la prevenzione
e la cura dello stress
e del trauma

EDIZIONE 2022



CONVEGNO IBRIDO
In presenza a Varese
oppure in Live
Webinar da remoto

CONVEGNO GRATUITO
LA COMUNICAZIONE ENTRA NEL CORPO
15 OTTOBRE 2022

Sala Giuseppe Montanari - Via Bersaglieri, 1, 21100 Varese

Con il Patrocinio di:



Si ringrazia:



TERAPIA INTEGRATA PER LA PREVENZIONE E LA CURA DELLO STRESS E DEL TRAUMA

EDIZIONE 2022

“LA COMUNICAZIONE ENTRA NEL CORPO”

Varese, 15 ottobre 2022

Un convegno di rilevanza nazionale dedicato a informare e sensibilizzare il grande pubblico e gli operatori socio-sanitari su un argomento cruciale che tocca da vicino tutti noi in quanto base di ogni relazione umana: la comunicazione.

Alla presenza di alcuni tra i maggiori esperti sul tema rifletteremo sull'importanza delle parole e il loro impatto a livello psico-corporeo declinato in diverse sfere: nel rapporto tra sanitari e pazienti, in famiglia, nelle vittime di trauma e di gravi malattie, nell'informazione mediatica.

Saranno oggetto del dibattito le criticità della comunicazione, così come le buone prassi per renderla uno strumento realmente efficace ed etico.

Nel corso della giornata sarà presentata la Terapia Integrata, un approccio innovativo volto all'ottimizzazione delle risorse, al dialogo e alla cooperazione sinergica tra figure e realtà diverse che collaborano in ottica di prevenzione e cura di stress e trauma per il benessere dell'individuo e della società.

Negli ultimi anni è stato dimostrato che molti disturbi fisici e psicologici sono correlati in modo significativo a **esperienze di stress o di trauma** che, spesso, non vengono riconosciute. Questo porta a sottovalutare l'impatto complessivo che l'esperienza traumatica può avere sull'essere umano e le sue relazioni. Sottovalutare questo aspetto può portare anche a diagnosi non completamente corrette che, quindi, non favoriscono la cura e rimozione del problema reale alla radice del malessere.

È dunque di enorme rilevanza spiegare cosa significhi subire un trauma o un grande stress. Quali implicazioni per la persona in termini psicologici, emotivi, relazionali e di salute organica nonché quali costi per la comunità intera. E quanto sia importante riconoscere questo processo per prevenire un esito cronico e negativo.

Lo stress e il trauma entrano nel corpo e modificano il nostro funzionamento, intaccando in particolare i processi fondamentali come ad esempio alimentazione, digestione e funzioni intestinali, ciclo sonno-veglia, memoria, concentrazione ed espressione delle emozioni, erodendo e condizionando le nostre relazioni. Per questo la cura del corpo deve avere un ruolo importante e complementare anche nei processi di cura psicologica e viceversa.

Le neuroscienze insieme a fisica quantistica, psicologia e psichiatria hanno mostrato con ricerche approfondite quanto la **terapia integrata** sia efficace per generare e ripristinare benessere ed equilibrio personale.

Le **attività complementari** (es. Rebirthing, Coaching), di **mind-body therapy** (es. Mindfulness), in particolare quelle **bottom-up** (es. Yoga, Shiatsu), **inducono processi riparatori e di autoregolazione del nostro organismo e del nostro cervello**. Migliorano la stabilità emotiva, l'atteggiamento verso la vita e la resilienza ad esempio in casi di ansia, stress, depressione, attacchi di panico e stress post-traumatico, potenziando l'effetto della psicoterapia.

In questa seconda edizione del convegno sarà approfondito il tema della **comunicazione**.

La comunicazione può essere un potente strumento di **prevenzione**. La stessa, se mal gestita, può rivelarsi **un rischio** trasformandosi in fonte di grave insicurezza, disorientamento, stress e persino – essa stessa – trauma.

Per questo crediamo utile svelare **l'impatto che ha la comunicazione sulle persone** e più in particolare nel caso di una diagnosi infausta, che spesso rappresenta un momento traumatico.

Il linguaggio non solo descrive la realtà ma la costruisce: parole, sguardi, gesti possono modificare la nostra neurobiologia rendendoci più resilienti o più deboli di fronte alle avversità della vita.

Il Convegno "NOI SIAMO UNO" ha come obiettivo quello di sensibilizzare e informare sia operatori sanitari, sociali, del benessere, sia la popolazione, sull'impatto dello stress e del trauma sugli esseri umani e sull'importanza di un approccio integrato nel trattamento delle esperienze avverse.

Domenica 16 ottobre per i partecipanti all'evento è previsto presso la sede di ESSERE ESSERI UMANI (via Limido, 48 – Varese) un OPEN DAY durante il quale si svolgeranno prove e workshop esperienziali gratuiti delle attività complementari per il benessere e la cura della persona che sono proposte dall'Associazione promotrice di questa seconda edizione del Convegno.



PROGRAMMA

08:45 Registrazione dei partecipanti

09:15

Saluti istituzionali

Davide Galimberti, Sindaco di Varese

09:25

Apertura dei Lavori: gli obiettivi del convegno

Marta Zighetti

09:35 - 09:45

Prevenzione e i costi sociali dello stress e del trauma

David Lazzari 

09:45 - 10:15

Come gli stati della mente si trasformano in molecole biologiche. E viceversa

Francesco Bottaccioli 

10:15 - 10:30 Discussant: Marta Zighetti

10:30 - 11:15

**Cosa accade al paziente e alla sua famiglia dopo una diagnosi infausta:
reazioni possibili e speranze**

Annalisa Di Luca

11:15 - 11:30 Pausa

11:30 - 12:00

Comunicazione difficile col paziente: un ostacolo da superare

Aldo Bonaventura

12:00 - 12:30 Tavola Rotonda

Con la partecipazione di Andrea Bertolini

12:30 - 13:00

Farmacologia e tossicologia delle parole

Fabrizio Benedetti 

13:00 - 14.00 Pausa

14:00 - 14:45

I livelli della relazione corpo-mente e l'integrazione delle attività corporee all'interno dei percorsi di psicoterapia

Luca Ostacoli 

14:45 - 15:30

Conosciamo davvero tutti i benefici della Mindfulness?

Maria Beatrice Toro

15:30 - 16.15

Le ultime frontiere delle neuroscienze applicate al ben-essere psicofisico: come tornare ad essere il miglior se stesso con il Dynamical Neurofeedback® NeurOptimal®

Francesco Lanza

16:15 - 16:30 Pausa

16:30 - 17:15

Dal trauma si può guarire. Protocollo e testimonianze della settimana integrata

Marta Zighetti con equipe clinica e equipe bottom up

17:15 - 18:00

La pratica dello yoga nella prevenzione e cura di stress e trauma

Laura Nalin, Paolo Proietti

18:00 Chiusura dei Lavori

FACULTY

Fabrizio Benedetti

Professore Ordinario di Neurofisiologia all'Università di Torino e Direttore della Hypoxia Medicine a Plateau Rosà in Svizzera

Andrea Giuseppe Bertolini

Direttore Medicina Cittiglio-Angera ASST Settelaghi di Varese

Socio FADOI

Docente a contratto scuola di specializzazione medicina interna e di medicina generale

Aldo Bonaventura

MD, PhD; S.C. Medicina Generale 1, Medical Center, Dipartimento di Medicina Interna, Ospedale di Circolo e Fondazione Macchi, ASST Sette Laghi, Varese

Francesco Bottaccioli

Filosofo della scienza e psicologo neurocognitivo, fondatore e presidente onorario della Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia

Annalisa Di Luca

Psicoterapeuta sistemica e formatrice

Francesco Lanza

Filosofo e Istruttore ufficiale Dynamical Neurofeedback® NeurOptimal®

David Lazzari

Presidente nazionale Ordine Psicologi

Laura Nalin

Maestra Esperta Formatrice CSEN, Master Yoga Teacher recognized by Yoga Alliance international, laureata in Scienze Motorie, ricercatrice e autrice di libri sui temi dello yoga e della filosofia orientale

Luca Ostacoli

Professore Ordinario c/o il Dipartimento di Scienze Cliniche e Biologiche Università degli Studi di Torino, Psicologo e Psichiatra, Supervisor EMDR, Specializzato in Psiconcologia

Paolo Proietti

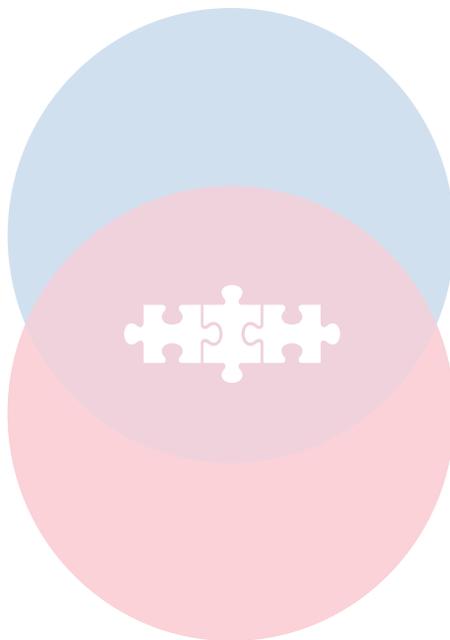
Coordinatore Nazionale Settore Kalari Yoga CSEN, Maestro Esperto Formatore CSEN, Master Yoga Teacher recognized by Yoga Alliance International, ricercatore e autore di libri sui temi dello yoga e della filosofia orientale

Maria Beatrice Toro

Psicologa Psicoterapeuta, Istruttrice mindfulness – MBCT, Direttrice SCINT Scuola di specializzazione in psicoterapia cognitivo interpersonale (aut MIUR 2008), Presidente Istituto di mindfulness interpersonale - Roma

Marta Zighetti

Psicologa Psicoterapeuta sistemico relazionale, Terapeuta Supervisor EMDR, Terapeuta TFC (Compassion Focused Therapy), Trainer neurofeedback advanced, fondatrice e direttrice del Centro di Terapie Integrate Essere Esseri Umani



INFORMAZIONI GENERALI

SEDE CONVEGNO RESIDENZIALE

Sala Giuseppe Montanari
Via Bersaglieri, 1, 21100 Varese VA

SEDE CONVEGNO VIRTUALE

Piattaforma Digitale: www.terapiaintegrata2022.webinarmore.it

Il partecipante dovrà accedere con user e password e potrà seguire in tempo reale gli interventi, i relatori e le slide come da programma. Potrà inoltre interagire con gli speaker inviando le domande tramite la chat dedicata.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

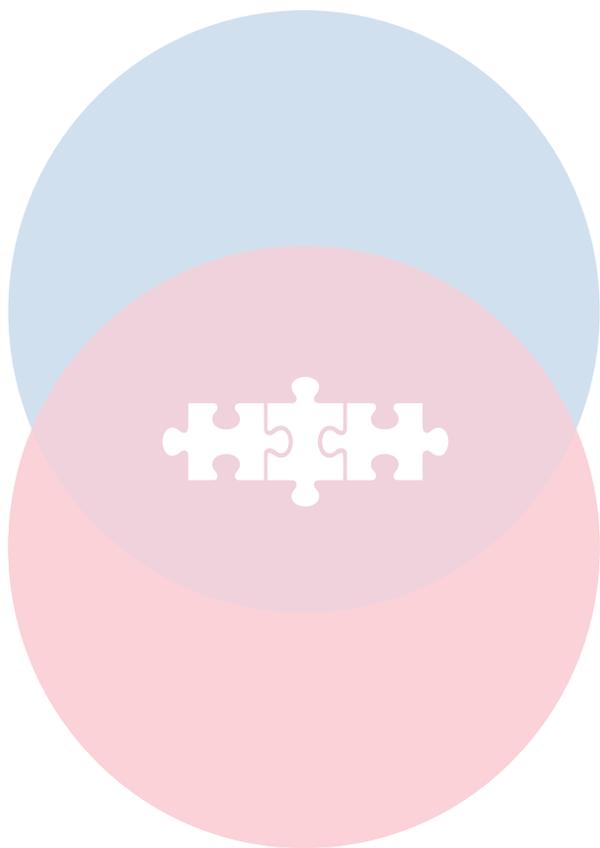
L'iscrizione al Convegno (Live Webinar e Residenziale) è gratuita. Per info e iscrizioni collegati alla pagina www.terapiaintegrata2022.webinarmore.it, clicca su "ISCRIVITI ORA" e procedi con l'iscrizione attraverso l'apposito modulo.

Il Convegno è accessibile a tutte le persone interessate previa iscrizione online fino ad esaurimento posti in presenza (nel rispetto delle norme vigenti al momento dell'evento) e senza limiti per l'Edizione Virtuale.

Al momento dell'iscrizione è obbligatorio scegliere in via definitiva una delle due modalità previste, a scelta tra "Edizione Virtuale" e "Edizione Residenziale" e, in quest'ultimo caso, se si desidera partecipare alla SESSIONE MATTUTINA - SESSIONE POMERIDIANA o INTERA GIORNATA per permette una migliore gestione dei posti in presenza disponibili. La Segreteria More Comunicazione avrà cura di dare conferma dell'avvenuta iscrizione.

ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE

A conclusione del corso sarà possibile scaricare l'attestato di partecipazione direttamente dalla piattaforma www.morefad.it



COMUNICAZIONE
EVENTI & MORE

SEGRETERIA ORGANIZZATIVA
MORE COMUNICAZIONE

Provider ECM ID 4950

Via Cernaia, 35

00185 Roma

T: +39.06.87678154

F: +39.06.94443440

info@morecomunicazione.it

morecomunicazione.it