

Roma, 16/10/2025
Prot.n. 2667

Ai Comitati Regionali AICS
Ai Comitati Provinciali AICS
Ai Circoli olistici AICS _____
Loro Sedi

Oggetto: **Corso Nazionale per Facilitatore di Mindfulness – Protocollo MBSR (online) – dal 10 novembre al 05 dicembre 2025.**

La Direzione Nazionale, in collaborazione con il Responsabile del Dipartimento Scienze Tecniche Olistiche, Dott. Graziano Scarascia, organizza il **Corso Nazionale per Facilitatore di Mindfulness – Protocollo MBSR** che si terrà **online, dal 10 novembre al 05 dicembre 2025.**

Il Corso, riservato ai tesserati AICS maggiorenni, in possesso di tessera associativa valida alla data di svolgimento del corso sarà tenuto da docenti qualificati e avrà la durata di **40 ore di lezione.**

Il corso di formazione per **Facilitatore di Mindfulness – Protocollo MBSR** è rivolto a soci con interesse per la crescita personale e disponibilità alla pratica quotidiana di Mindfulness.

Il corso ha l'obiettivo di formare facilitatori in Mindfulness, fornendo conoscenze teoriche e strumenti pratici per condurre percorsi basati sul protocollo MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction).

Di seguito la landing page del corso:

<https://www.aicsdisciplinebionaturali.it/corso-aics-facilitatore-di-mindfulness/>

La formazione specifica prevede **8 lezioni online sincrone di 2 ore ciascuna** (16 ore in diretta), pratica formale guidata (Meditazione, Body Scan, Yoga, Mindfulness), pratica informale (Esercizi quotidiani, Compiti a casa) e diario di pratica e riflessione personale.

Le lezioni saranno condotte con modalità esclusivamente online.

Al termine i corsisti sosterranno un esame finale scritto, che in caso di esito positivo, consentirà l'ottenimento di un attestato e l'iscrizione al registro Mindfulness.

La partecipazione a questo corso darà inoltre accesso alla frequenza dei corsi per Istruttore di Mindfulness.

È obbligatorio frequentare **80%** delle lezioni, chi non avrà effettuato la frequenza minima di lezioni non avrà diritto all'esame finale.

Cronoprogramma

Data	Orario	Materie	Docente
10/11/25	20.00-22.00	I 7 pilastri della Mindfulness	Dott. Graziano Scarascia
14/11/25	20.00-22.00	Fondamenti psicologici della Mindfulness	Dott. Elpidio Cecere
17/11/25	20.00-22.00	Mindfulness e relazioni d'aiuto	Dott.ssa Zuzana Simonova
21/11/25	20.00-22.00	Neuroscienze e Mindfulness	Dott.ssa Maddalena Cervone
24/11/25	20.00-22.00	Stress e Mindfulness in medicina	Dott.ssa Patrizia De Gregorio
28/11/25	20.00-22.00	Yoga e meditazione consapevole	Patrizio Lai
01/12/25	20.00-22.00	Mindfulness applicata alla clinica	Dott. Marco Marino
05/12/25	20.00-22.00	Supervisione e chiusura corso	Dott. Graziano Scarascia

ISCRIZIONE AL CORSO

L'iscrizione al Corso dovrà essere effettuata, entro il **06 novembre 2025 p.v.**, compilando il modulo allegato, e dovrà essere inoltrata al seguente indirizzo e-mail aicsdsto@gmail.com e in c.c. a segreteriaadbn@aicsdisciplinebionaturali.it.

La quota di iscrizione al Corso è di € 300,00 (a persona), ed è comprensiva di attestato e iscrizione al Registro Mindfulness.

Detta quota dovrà essere versata tramite bonifico bancario intestato a:
AICS Direzione Nazionale
IBAN: **IT7510103003271000061460833**
Causale: Nome, Cognome, Iscrizione Facilitatore di Mindfulness – Protocollo MBSR.

La copia del bonifico effettuato dovrà essere allegata al modulo di iscrizione.

Il Corso sarà attivato al raggiungimento di un minimo di 20 iscritti (chiusura iscrizioni al raggiungimento di 30 adesioni).

Di seguito il link per visualizzare tutte le informazioni relative all'iscrizione e al pagamento:

<https://www.aicsdisciplinebionaturali.it/prodotto/corso-nazionale-aics-facilitatore-di-mindfulness/>

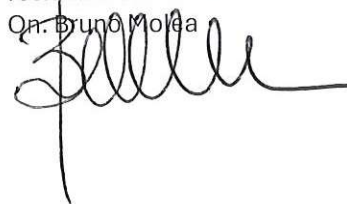
Per ulteriori informazioni di carattere tecnico amministrativo contattare il Responsabile del Corso **Dott. Graziano Scarascia** cell. 3335328139.

Un cordiale saluto.

Il Responsabile Nazionale Dip. Scienze Tecniche Olistiche
Dott. Graziano Scarascia



Il Presidente Nazionale
On. Bruno Moia





MODULO DI ISCRIZIONE
FACILITATORE DI MINDFULNESS – PROTOCOLLO MBSR (ONLINE)
DAL 10 NOVEMBRE AL 05 DICEMBRE 2025.

COMPILARE IN TUTTE LE SUE PARTI E INVIARE ENTRO IL 06/11/2025 a: aicsdsto@gmail.com e in c.c. segreteriaadbn@aicsdisciplinebionaturali.it, allegando copia del bonifico effettuato.

Cognome _____ Nome _____

Luogo di nascita _____ Data di nascita _____

Residente a (città) _____ CAP _____ Provincia _____

Via _____ n. _____

Codice Fiscale _____ Tel. cellulare _____

Indirizzo e-mail _____ Tessera AICS n. _____

Nome Società AICS _____

Codice Società AICS n. _____ Comitato Provinciale di appartenenza _____

Il/la sottoscritto/a:

DICHIARA di aver preso visione dei requisiti richiesti, degli obiettivi e dei contenuti del corso e di essere a conoscenza delle normative riguardanti l'abilitazione oggetto del corso previste nei regolamenti AiCS.

DICHIARA di essere a conoscenza che, ai sensi del capo VI, art. 76(L) del D.P.R. 445/2000, le dichiarazioni mendaci, la falsità negli atti e l'uso di atti falsi sono puniti ai sensi del Codice penale e delle leggi speciali.

ACCETTA tutti i termini e le condizioni stabilite nel presente modulo e tutte quelle relative allo svolgimento del Corso.

Data ___/___/_____ Firma _____

Informativa privacy ai sensi dell'art.13 del Regolamento EU 2016/679

Ai sensi dell'art.13 del GDPR 2016/679/UE e successive modifiche o integrazioni, il partecipante dichiara di essere stato informato che i suoi dati personali, acquisiti tramite il modulo di iscrizione o all'atto della partecipazione al corso, saranno trattati da AICS con l'ausilio di mezzi elettronici per finalità riguardanti l'esecuzione degli obblighi derivanti dalla partecipazione al corso.

Con riferimento all'eventuale pubblicazione del materiale video e/o fotografico realizzato durante i corsi il sottoscritto

- Presta il consenso
 Nega il consenso

Con riferimento alla registrazione delle lezioni che si tengono in videoconferenza il sottoscritto

- Presta il consenso
 Nega il consenso

Data ___/___/_____ Firma _____

COSTO DEL CORSO: € 300,00

MODALITÀ DI PAGAMENTO: Bonifico Bancario

INTESTATO A: AICS DIREZIONE NAZIONALE

IBAN: IT7510103003271000061460833

CAUSALE: Nome, Cognome, Iscrizione Corso Formazione Facilitatore di Mindfulness – Protocollo MBSR.



**L'Associazione Italiana Cultura Sport
Dipartimento di Scienze Tecniche Olistiche**

**ORGANIZZA
CORSO NAZIONALE PER
FACILITATORE DI
MINDFULNESS**

**Riconosciuto a livello internazionale dall'IPHM –
*International Practitioners of Holistic Medicine.***

