

Calendario e durata

Il corso si svolgerà sia in presenza sia in FAD formazione a distanza.

Il calendario si articolerà a cadenza mensile dal 4 luglio 2025 al 15 novembre 2025. Seguirà un intervallo di 6 mesi durante i quali i corsisti dovranno organizzare e realizzare in autonomia un percorso MOM di 8 settimane. Il 30 maggio 2026 si svolgerà la giornata di chiusura del corso. Le giornate di corso avranno una durata di 8 ore ciascuna 9.00-13.30 e 15.00-18.30.

Frequenza obbligatoria

Obbligatoria la frequenza per l'80% delle ore ai fini del rilascio dell'attestato di partecipazione al corso.

Sede del corso

Centro Culturale delle Grazie, via Pracchiuso n. 21 Udine, Sala convegni 4° piano.

Attestato

Il diploma di "Istruttore di Meditazione Orientata alla Mindfulness" sarà rilasciato agli allievi che avranno completato il percorso e dopo aver condotto autonomamente un corso di 8 settimane di cui dovrà essere fornita adeguata documentazione.

Termine ultimo per le iscrizioni

Lunedì 5 maggio 2025

Modalità di iscrizione:

Gli interessati dovranno inviare la domanda di iscrizione a:
Fondazione Progetto Uomo onlus
Via Rugo, 21 - 32100 Belluno
per e-mail all'indirizzo:
info@fondazioneprogettouomo.it
all'attenzione della
dott.ssa Fiorella Vettoretto



Informazioni:

Dott.ssa Fiorella Vettoretto
info@fondazioneprogettouomo.it
www.fondazioneprogettouomo.it
tel. 0437.950909
cell. 392.7735035



Fondazione
Progetto
Uomo Onlus



5° CORSO

**PER ISTRUTTORI MOM MEDITAZIONE
DI CONSAPEVOLEZZA ORIENTATA ALLA
MINDFULNESS**

INIZIO **4 LUGLIO 2025**
CONCLUSIONE **31 MAGGIO 2026**

Sede del Corso:

**CENTRO
CULTURALE DELLE
GRAZIE - UDINE**

RESPONSABILE SCIENTIFICO DEL CORSO

Prof. Franco Fabbro

Obiettivi:

Il corso ha lo scopo di:

1. Promuovere l'acquisizione in modo critico delle informazioni di carattere storico e scientifico sulle origini e sugli interventi basati sulla mindfulness.
2. Fornire conoscenze e competenze per poter proporre in modo adeguato le pratiche della metodologia MOM in vari contesti.
3. Erogare un intervento per adulti di 8 settimane di meditazione orientata alla mindfulness (Fabbro Crescentini 2006)

Selezione e ammissione dei partecipanti

Saranno ammessi coloro che al momento della domanda, siano fortemente motivati a meditare ed in possesso di uno dei seguenti requisiti:

Master Universitario di I livello in Meditazione e Neuroscienze o aver già frequentato un corso MOM di 8 settimane.

Numero minimo di iscritti per l'attivazione del corso: 18

Numero massimo di iscritti: 24.

I docenti del corso:

prof. **Franco Fabbro**, laureato in Medicina, fondatore del gruppo MOM, già professore ordinario in Neuropsichiatria infantile e Psicologia clinica all'Università di Udine.
prof. **Cristiano Crescentini**, psicologo e psicoterapeuta, professore associato in Psicologia clinica all'Università di Udine, istruttore MOM.
dott. **Alessio Matiz**, educatore, assegnista di ricerca all'Università di Udine, istruttore MOM.
dott. **Matteo Cimenti**, laureato in psicologia, borsista di ricerca all'Università di Udine, istruttore MOM.

Programma

1° giornata in presenza
4 luglio 2025

Presentazione del corso. I primi 4 incontri del percorso MOM. Coordinatori: prof F. Fabbro, prof. C. Crescentini, dott. A. Matiz dott. Matteo Cimenti (Università di Udine - UNIUD)

2° giornata in presenza
5 luglio 2025

Il percorso MOM: presentazione degli incontri 5,6,7,8. Coordinatori: prof F. Fabbro, prof. C. Crescentini, dott. A. Matiz dott. Matteo Cimenti (Università di Udine - UNIUD)

3° giornata in FAD formazione a distanza
6 settembre 2025

Simulazioni incontri MOM guidati dagli allievi
Coordinatori: prof. C. Crescentini, dr. A. Matiz (UNIUD)

4° giornata in FAD formazione a distanza
11 ottobre 2025

Simulazioni incontri MOM guidati dagli allievi.
Coordinatori: dott. A. Matiz e dott. M. Cimenti (UNIUD)

5° giornata in FAD formazione a distanza
15 novembre 2025

Simulazioni incontri MOM guidati dagli allievi.
Coordinatori: dott. A. Matiz e dott. M. Cimenti (UNIUD)

Gennaio 2026 incontro serale online con i docenti del corso per domande e risposte.

Intervallo di 5 mesi durante i quali gli allievi dovranno organizzare e realizzare un corso MOM di 8 settimane

30 maggio 2026

Evento conclusivo del corso in presenza
Giornata di condivisione delle esperienze e di consegna dei diplomi

Quota di partecipazione

La quota di partecipazione di euro 850,00 IVA inclusa e sarà versata come segue:

- 1° rata euro 450,00 entro il 5 maggio 2025
- 2° rata euro 400,00 entro dicembre 2025

Il versamento dovrà essere effettuato tramite bonifico bancario a Fondazione Progetto Uomo coordinate IBAN IT 61 J 02008 11910 000040722826 indicando il proprio nome e la causale

“Corso per Istruttori MOM 5”.

**Termine per le iscrizioni:
lunedì 5 maggio 2025**

ECM: richiesti 24 crediti ECM

SCHEMA DI DOMANDA DI ISCRIZIONE AL CORSO

A Fondazione Progetto Uomo Onlus, Via Rugo 21 32100 Belluno

Il/La sottoscritt _____

nato/a a _____ (____) il

_____, e residente a _____ (____) via

tel. _____

fax _____

email _____

C.F. _____

P.I. _____

in possesso del Diploma di mater in Meditazione e Neuroscienze

o Attestato di partecipazione al Corso MOM 8 settimane

conseguito il _____

CHIEDE

di essere ammesso/a al Corso “Istruttori MOM” organizzato da Fondazione Progetto Uomo onlus.

Il versamento della 1° rata della quota d'iscrizione del corso di euro 450,00 sarà versata tramite bonifico bancario a Fondazione Progetto Uomo coordinate IBAN IT 61 J 02008 11910 000040722826 causale: Corso “Istruttori MOM” e nome del partecipante Il sottoscritto dichiara di autorizzare il trattamento dei propri dati personali in forma cartacea ed elettronica ai sensi del Regolamento (UE) 2016/679

Data

Firma