

## **PRENDERSI CURA DI CHI CURA**

### **(Rigenerarsi per Prendersi Cura e proteggersi dal burnout: un percorso di benessere nell'oncologia pediatrica)**

Il corso di formazione “Prendersi cura di chi cura (Rigenerarsi per Prendersi Cura e proteggersi dal burnout: un percorso di benessere nell'oncologia pediatrica)” è rivolto agli operatori sanitari che lavorano nell'ambito dell'oncologia pediatrica e che affrontano quotidianamente i complessi e affaticanti aspetti legati alla malattia oncologica pediatrica.

Questo corso è stato progettato per fornire uno spazio di riflessione, supporto e apprendimento per gli operatori sanitari che si trovano a vivere situazioni di stress e a rischio di burnout. Attraverso un approccio integrato, il corso mira a fornire strumenti pratici per gestire lo stress e prevenire l'insorgere del burnout.

Durante il corso, verranno affrontati temi come la consapevolezza emotiva, la cura di sé e la gestione del tempo. Saranno anche fornite tecniche di rilassamento, di gestione dello stress e di auto-cura per favorire il benessere dell'operatore sanitario.

Attraverso casi clinici, esercizi pratici e momenti di condivisione, i partecipanti avranno l'opportunità di approfondire le proprie competenze e di sviluppare strategie personalizzate per affrontare al meglio gli aspetti traumatici legati alla malattia oncologica pediatrica.

Al termine del corso, gli operatori sanitari saranno in grado di:

- Riconoscere i segnali di stress
- Utilizzare tecniche di gestione dello stress efficaci
- Implementare strategie di auto-cura e di mantenimento del benessere personale

Il corso sarà tenuto da esperti nel settore della gestione dello stress, offrendo una formazione di alta qualità che consentirà agli operatori sanitari di affrontare con successo le sfide legate alla loro professione e promuovere una migliore qualità di vita sia per sé stessi che per i pazienti.

## Programma

### **Martedì**

- ore 14.30 Registrazione partecipanti
- ore 15.00 Introduzione e presentazione del corso percorso (*L. Canale – MT. Bruni*)
- ore 16.30 Coffee break
- ore 16.45 BREAZE: Non possiamo controllare tutto ciò che ci circonda, ma possiamo imparare a gestirlo (*B. Borra – L. Canale*)
- ore 19.00 Pausa Cena
- ore 20.30 "Ripristina l'equilibrio e rigenera le energie: movimento dolce per operatori sanitari in cerca di benessere" (*S. Martini – L. Canale*)

### **Mercoledì**

- ore 9.30 Ritrovare l'Equilibrio e la Serenità attraverso Un'Esperienza di Puro Benessere (*A. Bachmann, C. Gilio, C. Andreoli, A. Potestia, E. Roagna, M. Cavallo*)
- ore 9.30 "Risveglio del benessere: Esplorando il potere delle tue mani" (*G. Viberti*)
- ore 12.30 Pausa Pranzo
- ore 15.00 "Emozioni a 360°: Conoscere, Condividere, Gestire. Un viaggio di esplorazione nel nostro mondo emotivo" (*L. Mosca, C. Eirale, S. Rosa*)
- ore 17.15 Coffee break
- ore 17.30 "Rigenera mente e corpo con il potere del tocco: lasciati avvolgere da emozioni di benessere" (*M. Baracco, L. Lavisio, C. Porro, R. Giacobbi, C. Losano, A. Fassino, G. Sacco*)
- ore 19.00 Pausa Cena
- ore 20.30 "Viaggio sensoriale nell'oceano di suoni" (*L. Canale*)

### **Giovedì**

- ore 9.00 "Il viaggio nel labirinto dell'anima: scopri il tuo mondo interiore attraverso la scrittura narrativa" (*M. Trincherò*)
- ore 12.30 Pausa pranzo
- ore 14.30 Chiusura lavori e verifica ECM (*L. Canale – MT. Bruni*)
- ore 16.00 Coffee break e saluti

**Destinatari**

- Infermieri
- Infermieri pediatrici
- Medici
- Psicologi
- Fisioterapisti
- Logopedisti
- Neuropsicomotricisti

**Date**

Ed.1: 17-19 marzo 2026

Ed. 2: 21-23 aprile 2026

**Sede del corso**

La Collina degli Elfi, via Craviano 45 - 12040 Govone (CN)

**Numero partecipanti:** fino a 25

**Direttore e Responsabile Scientifico del Corso**

LUISELLA CANALE (CNLLLL69E71A124V)

**Segreteria Organizzativa:**

CECILIA GIRAUDO

Cell: 3938677985

E-mail: [comitatoscientifico@lacollinadeglielfi.it](mailto:comitatoscientifico@lacollinadeglielfi.it)

**Provider ECM:**

STAFF P&P srl

[www.staffpep.com](http://www.staffpep.com) – [info@staffpep.com](mailto:info@staffpep.com)

## Faculty

- Luisella Canale - Psicologo Psicoterapeuta ASL CN2 ALBA - BRA
- Silvia Martini - Insegnante di Biodanza - Alba/Villanova d'Asti
- Annalisa Bachmann - Studio Shiatsu Annalisa Bachmann - Bra (CN)
- Tiziana Fea - Studio Shiatsu - Alba (CN)
- Marica Cavallo - Operatrice shiatsu - Alba (CN)
- Enrico Roagna - Operatore olistico - Alba (CN)
- Giulia Viberti - Insegnante Yoga San Rocco Seno d'Elvio (CN)
- Sara Rosa - Insegnante di Teatro Teatro di Tela - Alba (CN)
- Loris Mosca - Insegnante di Teatro Teatro di Tela - Alba (CN)
- Maddalena Baracco - Infermiera ASL CN2 - Alba (CN)
- Caterina Losano - Infermiera ASL CN2 - Alba (CN)
- Laura Lavisio - Infermiera ASL CN2 - Alba (CN)
- Carla Porro - Infermiera ASL CN2 - Alba (CN)
- Barbara Borra - Musicoterapeuta - Voice Trainer Alba (CN)
- Marilde Trincherio - Arteterapeuta e scrittura autobiografica Alba (CN)
- Carlotta Gilio - Operatrice shiatsu - Alba (CN)
- Maria Teresa Bruni - Psicologo Psicoterapeuta ASL CN2 ALBA - BRA
- Cinzia Andreoli - Operatrice shiatsu - Alba (CN)
- Alessandra Potestia - Infermiera ASL CN2 - Alba (CN)
- Elisabetta Gilio - Operatrice shiatsu - Alba (CN)
- Carola Eirale - Insegnante di Teatro, Il Teatrino - Alba (CN)
- Elisa Russo - Operatrice shiatsu - Alba (CN)