REGIONE DEL VENETO
AZIENDA ZERO

Educazione Continua in Medicina

Scheda Evento

Denominazione Provider I.M.E.T. ONLUS

Titolo Yoga della risata: corso base per imparare a ridere da soli e aumentare il proprio benessere

ID Evento 145-220860 - 2

Tipologia Evento RES

Data Inizio 30/11/2019

Data Fine 30/11/2019

Date Intermedie

Durata 08:00

Professioni / Discipline

Educatore professionale	Educatore professionale
Fisioterapista	Fisioterapista
Infermiere	Infermiere
Logopedista	Logopedista
Medico chirurgo	Allergologia ed immunologia clinica Anatomia patologica Anestesia e rianimazione Angiologia Audiologia e foniatria Biochimica clinica Cardiochirurgia Cardiologia Chirurgia generale Chirurgia maxillo-facciale Chirurgia pediatrica Chirurgia plastica e ricostruttiva Chirurgia toracica Chirurgia vascolare Continuità assistenziale Cure palliative Dermatologia e venereologia Direzione medica di presidio ospedaliero Ematologia Endocrinologia Epidemiologia Farmacologia e tossicologia clinica Gastroenterologia Genetica medica Geriatria Ginecologia e ostetricia Igiene degli alimenti e della nutrizione Igiene, epidemiologia e sanità pubblica Laboratorio di genetica medica Malattie dell'apparato respiratorio Malattie infettive Malattie metaboliche e diabetologia Medicina aeronautica e spaziale Medicina del lavoro e sicurezza degli ambienti di lavoro Medicina dello sport Medicina di comunità Medicina e chirurgia di accettazione e di urgenza Medicina fisica e riabilitazione Medicina generale (medici di famiglia) Medicina interna Medicina legale Medicina nucleare Medicina subacquea e iperbarica Medicina termale Medicina trasfusionale Microbiologia e virologia Nefrologia Neonatologia Neurochirurgia Neurofisiopatologia Neurologia Neuropsichiatria infantile Neuroradiologia Oftalmologia Oncologia Organizzazione dei servizi sanitari di base Ortopedia e traumatologia Otorinolaringoiatria Patologia clinica (laboratorio di analisi chimico-cliniche e microbiologia) Pediatria Pediatria (pediatri di libera scelta) Privo di specializzazione Psichiatria Psicoterapia Radiodiagnostica Radioterapia Reumatologia Scienza dell'alimentazione e dietetica Urologia
Partecipanti senza obbligo ECM	Partecipanti senza obbligo ECM
Psicologo	Psicologia Psicoterapia

Data di stampa: 01/07/2025

Numero partecipanti 20

Obiettivo Strategico Nazionale (12) Aspetti relazionali e umanizzazione delle cure

Obiettivo Strategico Regionale (5) Umanizzazione delle cure/relazione/comunicazione

Costo 80.00

Crediti 12.8

Responsabili Scientifici

Nome	Cognome	Qualifica
Tommasi	Aurelio	Responsabile Scientifico

Docente/ Relatore/ Tutor

Nome	Cognome	Ruolo	Titolare/Sostituto
Franca	Furlan	DOCENTE	titolare

Verifica Apprendimento Prova scritta (comprende anche il project work, l'elaborato e le domande aperte)

Segreteria Organizzativa

Nome	Cognome	Email	Telefono	Cellulare

Programma

Razionale Il corso proposto intende presentare la “Risata Incondizionata Terapeutica”: le origini, la filosofia su cui si basa questa disciplina e quali sono i suoi effetti su corpo e mente.
Lo Yoga della Risata (YdR) si basa sul dato scientifico che il corpo non avverte la differenza tra una risata reale e una indotta (se fatta volontariamente) e si producono gli stessi benefici sia a livello fisiologico che psicologico.
Lo YdR è il metodo più veloce, economico e scientificamente provato per ridurre lo stress nei posti di lavoro, può aumentare l’autostima e migliorare la comunicazione. Inoltre, può accrescere la creatività.
Durante il corso sarà possibile apprendere come praticare la “Risata” attraverso esercitazioni che aiuteranno a ridere senza motivo e a sperimentarne i benefici psico-fisici
Lo spirito della “Risata” non si esaurisce con la sessione di gruppo, ma si protrae per tutta la giornata, sviluppando e/o rafforzando atteggiamenti di positività verso la vita, comprensione e cura dell’altro, perdono, gratitudine. Allo stesso tempo allontana lo stress grazie alla riduzione del cortisolo.

Risultati attesi Migliorare l’efficacia degli interventi sull’utenza e l’umanizzazione delle cure

Favorire il lavoro in team

Fornire ai discenti strumenti pratici utili a gestire lo stress lavorativo, aumentare l’autostima e migliorare la comunicazione

Migliorare la relazione con i colleghi e con gli assistiti

Programma del 30/11/2019

Provincia Sede TREVISO

Comune Sede CAVASO DEL TOMBA

Indirizzo Sede Via S. Antonio, 4

Luogo Sede Prealpina S.r.l.

Dettaglio Attività

Ora Inizio	Ora Fine	Argomento	Docente/ Tutor	Risultato Atteso	Obiettivi Formativi	Metodologia Didattica
08:30	09:00	REGISTRAZIONE PARTECIPANTI				
09:00	10:00	Perché è importante ridere da soli: nascita dello Yoga della Risata e benefici per la salute	Furlan	Fornire ai discenti strumenti pratici utili a gestire lo stress lavorativo, aumentare l'autostima e migliorare la comunicazione	Acquisire abilitÃ comunicative e relazionali	Presentazione e discussione di problemi o di casi didattici in grande gruppo (metodologia interattiva)
10:00	11:30	La Respirazione diaframmatica	Furlan	Fornire ai discenti strumenti pratici utili a gestire lo stress lavorativo, aumentare l'autostima e migliorare la comunicazione	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Dimostrazione senza esecuzione diretta da parte dei Partecipanti (metodologia frontale)
11:30	13:00	Esercitazione pratica: sessione di Yoga della Risata	Furlan	Migliorare l'efficacia degli interventi sull'utenza e l'umanizzazione delle cure	Acquisire abilitÃ nell'uso di strumenti, di tecniche e di metodologie	Esecuzione diretta da parte di tutti i partecipanti di attivitÃ pratiche nell'uso di strumenti, di tecniche e di metodologie (metodologia interattiva)
13:00	14:00	PAUSA				
14:00	16:00	Il cocktail della gioia: ricerche scientifiche sui benefici della Risata e modalità per ridere senza motivo	Furlan	Favorire il lavoro in team	Acquisire conoscenze teoriche e/o pratiche	Lezione Frontale/Relazione (metodologia frontale)
16:00	17:30	Esercitazione pratica: sessione di Yoga della Risata	Furlan	Migliorare la relazione con i colleghi e con gli assistiti	Acquisire abilitÃ comunicative e relazionali	Role playing (metodologia interattiva)
17:30	18:00	VALUTAZIONE APPRENDIMENTO				