

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Partito in ASST Rhodense il Progetto “GAIA”

Marco Tajè · Wednesday, February 5th, 2020

Martedì 21 gennaio è partito all'ASST Rhodense il Progetto GAIA, un'iniziativa basata sul “Protocollo di Mindfulness Psicosomatica” rivolto a tutti i dipendenti. Il Progetto si articola in 12 incontri monosettimanali ed è basato sull'innovativo Protocollo Mindfulness Psicosomatica (PMP) che applica le conoscenze derivate dalle neuroscienze con un approccio educativo “integrale” e multidimensionale alla persona, utilizzando le più efficaci pratiche di consapevolezza di sé, di benessere psicofisico e di intelligenza emotiva, per sviluppare le Life Skills, le “competenze della vita” raccomandate dall'OMS.

[pubblicità] La Direzione Strategica, da sempre sensibile alle tematiche relative al miglioramento del benessere lavorativo dei propri dipendenti, ha promosso il progetto che è realizzato dalla referente, Giacinta Isorni, Istruttore certificato di Mindfulness, con il coordinamento della rete WHP aziendale, del CUG e della Medicina del Lavoro.

Il “Progetto Gaia” è un programma di educazione alla consapevolezza globale e alla salute psicofisica ideato e sviluppato da un'equipe di docenti, professori universitari, educatori, psicologi e medici dell'associazione di promozione sociale “Villaggio Globale” di Bagni di Lucca, accreditato dal Ministero dell'Istruzione, Università e Ricerca, approvato e finanziato dal Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali e sostenuto dal Club UNESCO di Lucca.

Il Progetto è stato realizzato con eccellenti risultati su oltre 24.000 giovani e adulti in centri, scuole e ospedali in tutte le venti regioni italiane. Numerose ricerche scientifiche ne dimostrano l'efficacia nel migliorare lo stress, l'ansia e la depressione, i disturbi che l'Organizzazione Mondiale della Sanità, ha definito come le “malattie del nostro tempo”, che generano disagio psicosomatico, violenza di genere, aggressività e isolamento.

Chi fosse interessato ad approfondire il progetto, può trovare maggiori informazioni ai link www.progettogaia.eu e www.benessereglobale.org

This entry was posted on Wednesday, February 5th, 2020 at 4:02 pm and is filed under [Rhodense](#), [Salute](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.

