



# Ministero della Giustizia

DIPARTIMENTO AMMINISTRAZIONE PENITENZIARIA  
Provveditorato Regionale del Lazio, Abruzzo e Molise  
Ufficio II Personale e Formazione  
Settore Formazione

Alle OO.SS.

Comparto Ministeri e Sicurezza  
Regioni Lazio, Abruzzo e Molise



m\_dg.DAPPR20.16/01/2019.0004225.U

Oggetto: **Corso "Mindfulness, meditazione e benessere"**  
**IV edizione Roma 29 gennaio - 26 marzo 2019**

Si comunica che il giorno 29 gennaio c.a. avrà inizio la III edizione del corso in oggetto. L'attività formativa è rivolta al personale in servizio in tutti gli istituti del Lazio.

Questo Provveditorato nel piano della formazione 2019 ha mantenuto tra gli obiettivi strategici la cura del benessere del personale prevedendo l'attivazione di più iniziative formative afferenti quest'area. In particolare, visto l'esito positivo dei precedenti corsi e le richieste del personale che non ha potuto partecipare alle edizioni già svolte, è stata programmata una ulteriore edizione base del percorso sulla Mindfulness.

La progettazione degli interventi è stata sviluppata in collaborazione con enti di ricerca ed università. Nello specifico il corso in oggetto sarà realizzato - come i precedenti - insieme all'Università di Roma Sapienza - Facoltà di Medicina e Psicologia-Dipartimento di Psicologia ed il responsabile scientifico del progetto è il prof. Antonino Raffone, professore associato presso il Dipartimento di Psicologia di Roma Sapienza.

2

L'attività formativa è articolata in 8 giornate seminariali di 4 ore ognuna, per un totale di 32 ore. Ogni incontro sarà suddiviso in tre momenti : una parte frontale, una parte esercitativa e, in fine, ci sarà uno spazio per la condivisione e per le domande. Oltre alla partecipazione ai seminari, i partecipanti saranno invitati a portare avanti una pratica individuale, su base quasi quotidiana.

Il corso è rivolto al personale appartenente ai diversi profili professionali del Comparto Funzioni Centrali, al Comparto Sicurezza , ai dirigenti in servizio presso gli istituti del distretto del Provveditorato del Lazio, Abruzzo e Molise, ai funzionari della professionalità del servizio sociale del Centro della Giustizia Minorile di Roma e dell'Ufficio Interdistrettuale di Esecuzione Penale Esterna per le Regioni Lazio, Abruzzo e Molise

Il Provveditore  
Dr.ssa Cinzia Calandrino

