

# Mindfulness & Compassie

# Medisch Specialisten & Huisartsen

## Waarom?

Omdat jij gelooft dat aandacht, opmerkzaamheid, open interesse en compassie aan de basis liggen van jouw vak en van jouw werkplezier en jij deze kwaliteiten verder wilt ontwikkelen.

## Hoe?

Je volgt in 8 wekelijkse bijeenkomsten de evidence based mindfulness-training speciaal afgestemd op de medische beroepspraktijk. Je krijgt oefeningen voor thuis en op het werk.

## Wat?

Je ontwikkelt meer focus en kalmte in het midden van alles dat speelt. Je leert zorg voor jezelf te dragen in de zorg voor anderen. Je traint kwaliteiten van aandacht en niet-oordelen. Je krijgt inzicht in de (neurowetenschappelijke) werkingsmechanismen van mindfulness en wat de wetenschap daarover zegt. Dit sterkt persoonlijk leiderschap, CanMED competenties en werkplezier.

## Wie?

Barbara Doeleman-van Veldhoven is expert op het gebied van mindfulness in de gezondheidszorg. Zij werkt onder andere samen met De Academie voor Medisch Specialisten, Federatie Medisch Specialisten, VvAA, DJS, Amsterdam UMC, ESHPM en The King's Fund.



## Praktisch:

- ♦ 8 bijeenkomsten van 2 uur
- ♦ Locatie: Baarn (of indien nodig door Covid-19 online)
- ♦ Kosten: €775,- (vrijgesteld Btw, inclusief studiemateriaal)
- ♦ Accreditatie ABC 1 cluster:: **16 punten (ID 439521)**



Meer weten?

[www.ccmm.care](http://www.ccmm.care)

[Inschrijven](#)