## OBJETIVOS BMIT

Los participantes del BMIT:

1.- **Conocerán el mindfulness** desde su origen y tradición hasta su base científica y ámbitos de aplicación práctica en la sociedad actual.

2.- **Practicarán las técnicas** que les permitirán conectar con las herramientas y los recursos internos necesarios.

3.- **Crearán su propia práctica** personalizada, para poder aplicarla con naturalidad y eficacia en las situaciones que lo requieran.

4.- **Estarán capacitados para enseñar mindfulness** en diversos ámbitos tales como la salud, la educación, el deporte o la empresa.

quietud

MÁSTER PROPIO EN MINDFULNESS

Universidad Zaragoza 1542


Información e inscripciones:

quietud.org

bmit@quietud.org

629 751 500 / 609 829 477


# Basic Mindfulness Instructor Training

**Título de Instructor/a de Mindfulness otorgado por:**

## Quietud Mindfulness Center

Avalado por

Máster de Mindfulness de la Universidad de Zaragoza

BMIT 2019

**Cuarta promoción en Galicia**
**enero a julio de 2019**

Santiago de Compostela
Sobrado Dos Monxes

**Manu Mariño.**
Director de Quietud

**Javier García Campayo**
Director de Máster Mindfulness
Univ Zaragoza

**Gonzalo Brito**
Psicólogo Clínico

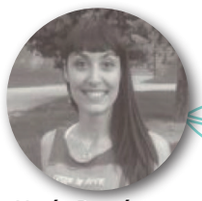
**Carlos García Rubio**
Psicólogo General Sanitatio

**Michael Schwammberger**
monje Chan Phap Son

**Joaquím Soler Ribaudi**
Psicólogo Clínico

**Rosa Martínez Borrás**
Psicóloga

**Mita Adriana Beutel**
Musicoterapeuta y Terapeuta Corporal



**María Domínguez**
Profesora Educación Primaria e Infantil

**Ramiro Ortega**
Profesor Mindfulness por Univ. Bangor y Exeter

**Natalia Veira**
Tutora

**Dorinda Udías**
Tutora

**Manuel Darriba**
Tutor

**Álex Freire**
Comunicación
Inscripciones

## PROGRAMA

SEMINARIO 1: 26 - 27 ENERO 2019 (Santiago)
**INTRODUCCIÓN AL MINDFULNESS**
Javier García Campayo - Manu Mariño

SEMINARIO 2: 16 - 17 FEBRERO 2019 (Santiago)
**MINDFULNESS EN EL CONTEXTO ESCOLAR**
día 16 - Carlos García Rubio - Mindfulness en el contexto escolar
día 17 - María Domínguez - Otra escuela es posible

SEMINARIO 3: 8 - 0 MARZO 2019 - RETIRO (Sobrado dos Monxes)
**MINDFULNESS EN LA TRADICIÓN DE THICH NHAT HANH**
Hermano Miguel (Michael Schwammberger)

SEMINARIO 4: 6 - 7 ABRIL 2019 (Santiago)
**MINDFULNESS Y ACEPTACIÓN**
Joaquím Soler Ribaudi- Mindfulness y Aceptación.

SEMINARIO 5: 26 -28 ABRIL 2018 - RETIRO (Sobrado dos Monxes)
**MINDFULNESS EN LA VIDA COTIDIANA**
Manu Mariño - Mita Adriana Beutel

SEMINARIO 6: 11 - 12 MAYO 2019 (Santiago)
**EL SATIPATTHANA SUTTA?**

SEMINARIO 7: 15-17 JUNIO 2019 - RETIRO (Sobrado dos Monxes)
**MINDFULNESS, CORPORALIDAD Y COMPASIÓN**
Gonzalo Brito - Compasión en el cuerpo, la mente y las relaciones.

SEMINARIO 8: - 7 JULIO 2019 (Santiago)
**MINDFULNESS EN MOVIMIENTO**
**MINDFULNESS EN LAS ORGANIZACIONES**
**CIERRE FORMACIÓN**
día 6 mañana - Mita Beutel - Mindfulness en Movimiento
día 6 tarde - Rosa Martínez Borrás
día 7 - Dorinda Udías - Natalia Veira - Manuel Darriba. Exposición de los/as Tutores/as.