

*Programa certificación  
para profesor de MBAR  
(Recuperación en  
Adicciones Basado en  
Mindfulness)*

Es un proceso que requiere el compromiso personal de cumplir ciertas etapas en un marco temporal determinado

El programa está **ACREDITADO** por **Valerie Mason-John (Vimalasara)** creadora del programa junto al **Dr. Paramabandhu Groves** con colaboración de **Con Plena Conciencia**

**GESTIÓN Y ORGANIZACIÓN**



**GRUPO A**

**Para instructores  
acreditados y en activo de  
Programas de Mindfulness  
de 8 semanas**

Que impartan, al menos, 2 cursos al año del programa en que estén acreditados, a título de ejemplo MBSR, MBCT, MBPM o equivalente

**GRUPO B**

**Para profesionales de la  
salud y adicciones con  
formación básica y práctica  
personal en Mindfulness**

Mínimo 12h/16h con profesionales Mindfulness acreditados o de reconocida trayectoria. Deberán acreditar formación y práctica continuada de mindfulness, en caso contrario seguirá itinerario grupo C.

**GRUPO C**

**Para profesionales de la  
salud y adicciones sin  
conocimientos ni  
experiencia en Mindfulness**

*Programa certificación  
para profesor de MBAR  
(Recuperación en  
Adicciones Basado en  
Mindfulness)*

**GRUPO A**

**Para instructores  
acreditados y en activo de  
Programas de Mindfulness  
de 8 semanas**

Que impartan, al menos, 2 cursos al año del programa en que estén acreditados, a título de ejemplo MBSR, MBCT, MBPM o equivalente

**FORMACIÓN BASE**

- MBAR presencial de 8 semanas  
  
o bien
- MBAR intensivo impartido por instructor acreditado

**ACREDITACIÓN**

- MBAR intensivo de acreditación con Vimalasara
- Impartir un MBAR presencial de 8 semanas, en prácticas, supervisado por un instructor acreditado
- Informe experiencia (según modelo normalizado por Vimalasara)



**RENOVACIÓN DE LA  
ACREDITACIÓN**

- Retiro residencial fin de semana
- Participar, al menos, en un retiro de 5 días/año, siguiendo criterios fijados por Vimalasara-Con Plena Conciencia
- Formación continua on-line Mindfulness y Adicciones

*Programa certificación  
para profesor de MBAR  
(Recuperación en  
Adicciones Basado en  
Mindfulness)*

**GRUPO B**

**Para profesionales de la  
salud y adicciones con  
formación básica y práctica  
personal en Mindfulness**

Mínimo 12h/16h con profesionales Mindfulness acreditados o de reconocida trayectoria. Deberá acreditar formación y práctica continuada de mindfulness, en caso contrario seguirá itinerario grupo C.

**FORMACIÓN BASE**

- MBAR presencial de 8 semanas
- o bien
- MBAR intensivo impartido por instructor acreditado

**ACREDITACIÓN**

- MBAR intensivo de acreditación con Vimalasara
- Impartir un MBAR presencial de 8 semanas, en prácticas, supervisado por un instructor acreditado
- Informe experiencia (según modelo normalizado por Vimalasara)
- Participar, al menos, en un retiro de 5 días/año



**RENOVACIÓN DE LA  
ACREDITACIÓN**

- Retiro residencial fin de semana
- Participar, al menos, en un retiro de 5 días/año, siguiendo criterios fijados por Vimalasara-Con Plena Conciencia
- Formación continua on-line Mindfulness y Adicciones

## GRUPO C

**Para profesionales de la salud y adicciones sin conocimientos ni experiencia en Mindfulness**

## *Programa certificación para profesor de MBAR (Recuperación en Adicciones Basado en Mindfulness)*

### FORMACIÓN BASE

- MBAR presencial de 8 semanas  
o bien
- MBAR intensivo impartido por instructor acreditado  
más
- Curso MBAR on-line de 4 semanas impartido por instructor acreditado

### ACREDITACIÓN Fase A

- Realizar un curso de Mindfulness de 8 semanas (tipo MBSR, MBCT, MBPM o equivalente)
- 6 meses de práctica personal continuada, incluyendo lecturas recomendadas y llevar un diario de prácticas y experiencia

### ACREDITACIÓN Fase B

- MBAR intensivo de acreditación con Vimalasara
- Impartir un MBAR presencial de 8 semanas, en prácticas, supervisado por instructor acreditado MBAR
- Informe experiencia (según modelo normalizado por Vimalasara)
- Participar, al menos, en un retiro de 5 días/año, siguiendo criterios fijados por Vimalasara-Con Plena Conciencia

### RENOVACIÓN DE LA ACREDITACIÓN

- Retiro residencial fin de semana
- Participar, al menos, en un retiro de 5 días/año, siguiendo criterios fijados por Vimalasara-Con Plena Conciencia
- Formación continua on-line Mindfulness y Adicciones

