

ÍNDICE

1. FORMAÇÃO E ATIVIDADES PROFISSIONAIS	1
2. FORMAÇÃO RECEBIDA EM <i>MINDFULNESS-BASED APPROACHES</i>	2
2.1 Formação académica.....	2
2.2 Cursos, <i>workshops</i> , palestras, congressos.....	2
2.3 Retiros.....	3
3. FORMAÇÃO RECEBIDA EM PSICOLOGIA DA SAÚDE E AFINS	5
4. ATIVIDADE COMO FORMADOR EM <i>MINDFULNESS-BASED APPROACHES</i>	6
4.1 Cursos.....	6
4.2 Sessões de seguimento.....	10
4.3 Retiros.....	10
4.4 Palestras e <i>workshops</i>	11
5. PUBLICAÇÕES EM <i>MINDFULNESS-BASED APPROACHES</i>	13
6. OUTRAS ATIVIDADES NO ÂMBITO DE <i>MINDFULNESS-BASED APPROACHES</i>	13

1. FORMAÇÃO E ATIVIDADES PROFISSIONAIS

José Carlos Fontes das Neves Lopes nasceu em 1959 em Gondomar, Porto. Licenciou-se em Física na Universidade do Porto e doutorou-se em Física na Universidade de Aveiro (UA). É docente do Departamento de Física da UA desde 1986.

De 2001 a 2010, lecionou na Escola Superior de Saúde da UA, onde foi director do curso de Radiologia. De 2005 a 2010, trabalhou também na Secção Autónoma de Ciências da Saúde (SACS) da UA, no desenvolvimento curricular da Licenciatura em Ciências Biomédicas e foi coordenador do Gabinete de Educação para as Profissões de Saúde. Desde 2012 integra o Gabinete de Investigação Clínica (GIC), da SACS.

Publicou em co-autoria oito artigos em revistas internacionais indexadas. É co-autor de quatro capítulos de livros científicos.

Desde 2012, em colaboração com a UNAVE (entidade de ligação entre a UA e a sociedade), oferece formação em *Mindfulness-Based Stress Reduction*.

Atualmente desenvolve investigação sobre intervenções baseadas em *mindfulness* para a promoção da Qualidade de Vida Relacionada com a Saúde, em particular no âmbito da Oncologia.



2. FORMAÇÃO RECEBIDA EM MINDFULNESS-BASED APPROACHES

2.1 Formação académica

- 2015 Mestrado em *Mindfulness-Based Approaches*
Escola de Psicologia, Universidade de Bangor
País de Gales, Reino Unido
- 2012 Pós-graduação em *Mindfulness-Based Approaches*
Escola de Psicologia, Universidade de Bangor
País de Gales, Reino Unido

2.2 Cursos, workshops, palestras, congressos

- 2016 04-11 junho
"Mindfulness Teacher Training Level 2" (58 horas)
Jody Mardula & David Shannon
Centre for Mindfulness Research and Practice
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2014 2-8 julho
Mindful Self-Compassion (MSC) Teacher Training
Christopher Germer, Kristin Neff, Michelle Becker, Steve Hickman e Judith Soulsby
Centre for Mindfulness Research and Practice (CMRP)
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2013 9-10 outubro
"Developing Mindfulness in Psycho-Oncology"
Workshop
Trish Bartely
XVI Curso Intensivo de Psico-Oncologia
Academia Portuguesa de Psico-Oncologia
Hotel D. Luis, Coimbra
- 2013 9-16 agosto
Mindful Self-Compassion (MSC) Training
Curso intensivo (30 h)
Christopher Germer, Christine Brähler, e Kristin Neff.
Instituut voor Aandacht & Mindfulness
Chateau Frandoux, Bélgica
- 2013 18 janeiro
"The psychological processes influenced by mindfulness training"
Teaching Day (6 horas)
Rebecca Crane
Centre for Mindfulness Research and Practice
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2012 23 novembro
"The early buddhist understanding of mindfulness"
Teaching Day (6 horas)
John Peacock
Centre for Mindfulness Research and Practice
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2012 27 abril - 1 maio
"Insight Dialogue" de Gregory Kramer
Sukhacitto, Bhikkhu
Asociación Española de Meditación Vipassana
Residência Ana Mogas, Miraflores de la Sierra, Madrid, Espanha
- 2012 20 Janeiro
"Mind as processes"
Teaching Day (6 horas)
John Peacock (Universidade de Oxford)



Curriculum Vitae resumido de José Carlos Lopes (Setembro 2018)

- Centre for Mindfulness Research and Practice*
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2011 23-30 julho
"Mindfulness Teacher Training Level 1" (58 horas)
Eluned Gold & Michael Chaskalson
Centre for Mindfulness Research and Practice
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2011 02 maio
"Current approaches to teaching mindfulness in empirically supported interventions"
Workshop
Ruth Baer (Universidade de Kentucky, EUA)
II Jornadas Internacionais do CINEICC – "Novos olhares sobre a mente"
Universidade de Coimbra
- 2011 04 março
"MBCT: a conceptual and practical introduction"
Teaching Day (6 horas)
Melanie Fennell (Universidade de Oxford, Inglaterra)
Centre for Mindfulness Research and Practice
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2010 19 novembro
"Reflections on mindfulness in the context of early Buddhism"
Teaching Day (6 horas)
John Peacock (Universidade de Oxford, Inglaterra)
Centre for Mindfulness Research and Practice
Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
- 2010 20-25 setembro
"Access the 8 week course in five days"
Residential workshop in a retreat setting" (30 horas)
Cindy Cooper e Eluned Gold
Escola de Psicologia, Universidade de Bangor, País de Gales, Reino Unido
Edgware Abbey, Londres

2.3 Retiros

- 2018 01-30 agosto
Retiro solitário
Orientação de Laura Bridgman.
Gaia House, Devon, Reino Unido.
- 2018 09-13 janeiro
Retiro solitário
Casa de Exercícios de Santo Inácio, Colares, Sintra
- 2017 28 julho - 6 agosto
Sundara, Ajahn
Amaravati Buddhist Monastery
Hertfordshire, Inglaterra
- 2016 02-07 setembro
Vajiro, Ajahn (Mosteiro Budista Sumedhārāma, Portugal)
Casa de Retiros de Santo Inácio (Rodízio), Colares
- 2016 24-30 agosto
Abhinando, Ajahn (Aruna Ratanagiri, Inglaterra), e Jerôme Lamarlère
Asociación Española de Meditación Vipassana
Aldeadurero, Salto de Saucelle, Espanha
- 2015 02-04 outubro
Vajiro, Ajahn (Mosteiro Budista Sumedhārāma, Portugal)
Casa de Retiros de Santo Inácio (Rodízio), Colares



Curriculum Vitae resumido de José Carlos Lopes (Setembro 2018)

- 2015 24-30 agosto
Abhinando, Ajahn (Aruna Ratanagiri, Inglaterra), e Jerome Lamarlere
Asociación Española de Meditación Vipassana
Aldeadurero, Salto de Saucelle, Espanha
- 2015 17-26 julho
Kalyano, Ajahn
Amaravati Buddhist Monastery
Hertfordshire, Inglaterra
- 2014 14-20 abril
Abhinando, Ajahn (Aruna Ratanagiri, Inglaterra)
Asociación Española de Meditación Vipassana
Centro Espiritual de las Hermanas Salesianas, S. Lorenzo del Escorial, Madrid, Espanha.
- 2013 24-31 agosto
Patricia & Charles Genoud
Asociación Española de Meditación Vipassana
Aldeadurero, Salto de Saucelle, Espanha.
- 2013 12-21 julho
"Just One More': *Dependent Origination and the Cycles of Addiction*"
Amaro, Ajahn
Amaravati Buddhist Monastery
Hertfordshire, Inglaterra
- 2012 24-29 agosto
Abhinando, Ajahn (Aruna Ratanagiri, Inglaterra)
Asociación Española de Meditación Vipassana
Real Monasterio de Sto. Tomás, Ávila, Espanha
- 2011 07-11 novembro
Charles Genoud
Asociación Española de Meditación Vipassana
Real Monasterio de Sto. Tomás, Ávila, Espanha
- 2011 26-30 agosto
Sister Metta, Ajahn (Amaravati, Inglaterra)
Asociación Española de Meditación Vipassana
Real Monasterio de Sto. Tomás, Ávila, Espanha
- 2011 15-23 abril
Abhinando, Ajahn (Aruna Ratanagiri, Inglaterra)
Asociación Española de Meditación Vipassana
Real Monasterio de Sto. Tomás, Avila, Espanha
- 2010 24-29 agosto.
Abhinando, Ajahn (Aruna Ratanagiri, Inglaterra)
Asociación Española de Meditación Vipassana
Real Monasterio de Sto. Tomás, Avila, Espanha
- 2010 23-25 abril
Candasiri, Ajahn (Amaravati, Inglaterra)
Organização de Maria Silva
Centro de Retiros Paula Frassinetti, Linhó, Sintra
- 2009 6-8 março
Martine Batchelor
Lótus Azul (J. C. Lopes) e União Budista Portuguesa – delegação do Porto
Casa de Retiros Santa Paula Frassinetti, V. N. Gaia
- 2008 11-13 janeiro
Martine Batchelor
União Budista Portuguesa – delegação do Porto
Casa de Retiros Santa Paula Frassinetti, V. N. Gaia
- 2007 11-13 maio
Sundara, Ajahn (Amaravati, Inglaterra)
-



- Organização de Maria Silva
Convento das Irmãs Doroteias, Linhó, Sintra.
- 2006 11-12 março
Francis Chauvet (Jikô An, Espanha)
União Budista Portuguesa – delegação do Porto.
Sede da Rua da Restauração, Porto
- 2005 29 outubro - 01 novembro
Amy Hollowell, Sensei
União Budista Portuguesa - delegação do Porto
Mosteiro de Vairão, Vila do Conde
- 2005 10-12 junho
Sagarapriya
União Budista Portuguesa - delegação do Porto
Casa de Retiros Santa Paula Frassinetti, V. N. Gaia
- 2005 15-17 abril
Ajahn Nyanarato
União Budista Portuguesa - delegação do Porto
Casa de Retiros Santa Paula Frassinetti, V. N. Gaia
- 2000 Christina Feldman
Gaia House
Devon, Inglaterra
- 1999 Curso de 10 dias de *Vipassana*
Vipassna International de S. N. Goenka
Monte Mariposa, Tavira
- 1998 11-17 julho
Christopher Titmuss
Gaia House
Devon, Inglaterra

3. FORMAÇÃO RECEBIDA EM PSICOLOGIA DA SAÚDE E AFINS

- 2014 17 de maio
Conferência Internacional de Psico-Oncologia
Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC)
Hotel Quinta das Lágrimas, Coimbra
- 2014 16 de maio
"Cognitive Behavioural Therapy in Psycho-Oncology"
Workshop (4 horas)
Stirling Moorey
Conferência Internacional de Psico-Oncologia
Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC)
Hotel Quinta das Lágrimas, Coimbra
- 2013 11-12 outubro
XI Congresso Português de Psico-Oncologia – "Viver Após o Cancro"
Academia Portuguesa de Psico-Oncologia
Hotel D. Luis, Coimbra
- 2013 11-12 outubro
"Comunicação com a Família do Doente Oncológico"
XI Congresso Português de Psico-Oncologia – "Viver Após o Cancro"
Academia Portuguesa de Psico-Oncologia
Hotel D. Luis, Coimbra
- 2013 9-10 outubro
"Developing Mindfulness in Psycho-Oncology"
Workshop
Trish Bartely
XVI Curso Intensivo de Psico-Oncologia



- Academia Portuguesa de Psico-Oncologia
Hotel D. Luis, Coimbra
- 2013 01 outubro
"Good Clinical (Trial) Practice"
Workshop
Ingrid Klingmann (MD, PhD, Coordinator, PharmaTrain)
Gabinete de Investigação Clínica, Universidade de Aveiro
Universidade de Aveiro
- 2012 9-11 fevereiro
9º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde
Universidade de Aveiro
- 2011 05 Maio
"Acceptance and Commitment Therapy – ACT: da teoria à prática"
Workshop
José Pinto-Gouveia (Universidade de Coimbra)
II Jornadas Internacionais do CINEICC – "Novos olhares sobre a mente"
Universidade de Coimbra
- 2011 26-27 abril
"Working with shame and developing inner compassion"
Workshop
Paul Gilbert (Universidade de Derby, Inglaterra)
II Jornadas Internacionais do CINEICC – "Novos olhares sobre a mente"
Universidade de Coimbra

4. ATIVIDADE COMO FORMADOR EM MINDFULNESS-BASED APPROACHES

4.1 Cursos

- 2018 19 junho (início)
Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, individual
À distância (Cascais)
- 2017 04 outubro (início)
Mindfulness at Work
Curso de 6 semanas, em grupo (6 participantes)
Aveiro, Altice Labs
- 2017 21 agosto (início)
Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, individual
UNAVE
- 2017 16 junho (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, individual
Casa particular, Aveiro
- 2017 06 junho (início)
Mindfulness at Work
Curso de 6 semanas, em grupo (10 participantes)
UNAVE
- 2017 21 maio (início)
Mindfulness Self-Compassion
Co-instrutora: Sandra Vilarinho
Curso de 8 semanas, em grupo (6 participantes)



Curriculum Vitae resumido de José Carlos Lopes (Setembro 2018)

- Moments
Porto
- 2017 07 maio (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (4 participantes)
UNAVE
- 2016 18 outubro (início)
Mindfulness Self-Compassion
Co-instrutora: Sandra Vilarinho
Curso de 8 semanas, em grupo (4 participantes)
Moments
Porto
- 2016 16 outubro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (5 participantes)
UNAVE
- 2016 26 setembro (início)
Mindfulness Self-Compassion
Co-instrutora: Sandra Vilarinho
Curso de 8 semanas, em grupo (5 participantes)
UNAVE
- 2016 05 abril (início)
Mindfulness Self-Compassion
Co-instrutora: Sandra Vilarinho
Curso de 8 semanas, em grupo (7 participantes)
Moments
Porto
- 2016 02 abril (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (8 participantes)
AMARA – Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Lisboa
- 2016 07 fevereiro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (5 participantes)
UNAVE
- 2015 27 outubro (início)
Mindful Self-Compassion
Curso de 8 semanas, em grupo (5 participantes), co-instrutora Sandra Vilarinho
Porto
- 2015 11 outubro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (13 participantes)
UNAVE
- 2015 10 outubro (início)
Mindful Self-Compassion
Curso de 8 semanas, em grupo (8 participantes)
AMARA – Associação pela Dignidade na Vida e na Morte
Hotel Lisboa Plaza
- 2015 10 maio (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas (participação de Sandra Vilarinho), em grupo (4 participantes)
UNAVE
- 2015 01 fevereiro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (9 participantes)



UNAVE

- 2014 29 outubro (início)
Mindfulness Self-Compassion
Co-instrutora: Sandra Vilarinho
Curso de 8 semanas, em grupo (11 pacientes com fibromialgia)
Apoio: Centro Hospitalar do Baixo Vouga/Serviço de Reumatologia) e Universidade de Aveiro.
Aveiro
- 2014 19 outubro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (6 participantes)
UNAVE
- 2014 05 outubro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, individual
À distância (Lisboa)
- 2014 03 junho (início)
Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, individual
Serviço de Psiquiatria, Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga
Hospital de S. João da Madeira
- 2014 26 maio (início)
Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, em grupo (5 doentes oncológicos)
Serviço de Oncologia, Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro
- 2014 25 abril (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, individual
Casa particular, Aveiro
- 2014 24 março (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (5 participantes)
UNAVE
- 2014 23 março (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (6 participantes)
UNAVE
- 2014 07 janeiro (início)
Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, em grupo (6 doentes oncológicos) – estudo clínico
Serviço de Psiquiatria, Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga
Hospital de S. João da Madeira
- 2014 06 janeiro (início)
Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, em grupo (7 doentes oncológicos) – estudo clínico
Serviço de Oncologia, Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro
- 2013 04 novembro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (12 participantes, maioritariamente médicas e outras
profissionais de saúde)
ReAge – Saúde, Educação, Atividades para Crianças e Apoio Social Lda.
Rua de Pedrouços, 67B, Lisboa



Curriculum Vitae resumido de José Carlos Lopes (Setembro 2018)

- 2013 20 outubro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (7 participantes)
UNAVE
- 2013 19 outubro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (13 participantes)
SPMBE, Matosinhos
- 2013 11 abril (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (2 participantes)
Casa particular, Aveiro
- 2013 11 abril (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, individual (Fibromialgia)
Casa particular, Aveiro
- 2013 05 março (início)
Mindfulness-Based Intervention for Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, individual
Casa particular, Aveiro
- 2013 25 janeiro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction para Profissionais de Saúde
Curso de 8 semanas, em grupo (6 enfermeiras, 1 cirurgiã)
Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga, Hospital de S. Sebastião, Santa Maria da Feira
- 2013 24 janeiro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction para Profissionais de Saúde
Curso de 8 semanas, em grupo (3 enfermeiras, 1 psicóloga)
Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga
Hospital de S. Sebastião, Santa Maria da Feira
- 2012 12 dezembro (início)
Mindfulness-Based Intervention for Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, individual
Casa particular, Aveiro
- 2012 10 novembro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction
Curso de 8 semanas, em grupo (3 participantes)
Casa particular, Aveiro
- 2012 07 novembro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction para Profissionais de Saúde
Curso de 8 semanas, em grupo (1 médica, 4 enfermeiras, 3 terapeutas ocupacionais, 1 assistente social, 1 psicóloga)
Hospital de dia da Psiquiatria, Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro
- 2012 06 novembro (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction para Profissionais de Saúde
Curso de 8 semanas, em grupo (4 psiquiatras, 4 enfermeiras, 3 psicólogas)
Serviço de Psiquiatria, Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga
Hospital de S. João da Madeira
- 2012 09 março (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction para Profissionais de Saúde
Curso de 8 semanas, em grupo (3 psiquiatras, 1 médica interna, 1 psicólogas, 1 terapeuta da fala)
Hospital de dia de Psiquiatria, Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro



- 2012 05 março (início)
Mindfulness-Based Stress Reduction para Profissionais de Saúde
Curso de 8 semanas, em grupo (1 psiquiatra, 1 médica interna, 2 psicólogas, 1 enfermeira)
Hospital de dia de Psiquiatria, Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro
- 2012 03 janeiro (início)
Mindfulness-Based Intervention for Cancer Recovery
Curso de 8 semanas, individual
Casa particular, Aveiro

4.2 Sessões de seguimento

Semanalmente, desde janeiro de 2014
Ex-Participantes em cursos de MBSR/MBIRC
Centro Universitário de Fé e Cultura
Universidade de Aveiro

Mensalmente, desde julho de 2013 a dezembro de 2013
Enfermeiras
Serviço de Oncologia do Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro

Mensalmente, de abril 2012 a dezembro de 2013
Pacientes oncológicas
Casa particular, Aveiro

4.3 Retiros para graduados do CPEM

- 2017 24 - 26 setembro
Retiro de Um Dia (*pro bono*)
Casa Diocesana de Nossa Senhora do Socorro
Albergaria-a-Velha
- 2016 01 - 03 julho
Retiro de Um Dia (*pro bono*)
Casa Diocesana de Nossa Senhora do Socorro
Albergaria-a-Velha
- 2015 18 - 20 setembro
Retiro de Um Dia (*pro bono*)
Casa Diocesana de Nossa Senhora do Socorro
Albergaria-a-Velha
- 2015 17 - 19 abril
Retiro de Um Dia (*pro bono*)
Casa Diocesana de Nossa Senhora do Socorro
Albergaria-a-Velha
- 2014 25 - 30 dezembro
Retiro de Fim de Ano (*pro bono*)
Convento de Balsamão
Chacim, Macedo de Cavaleiros

4.4 Palestras e workshops

- 2018 29 junho
"QdVRS Mental e *Mindfulness*"
Palestra
III Simpósio de Ensino Clínico IV
Escola Superior de Saúde
Universidade de Aveiro
- 2017 05 junho
"*Mindfulness* e Qualidade de Vida"
Palestra
Brain Week
Estarreja
- 2017 09 maio
"*Mindfulness* e Redução de Stresse no Trabalho"
Workshop
Altice Labs
Aveiro
- 2017 25 fevereiro
"*Mindfulness? What do you mean?*"
Palestra no In4Med VI – *Linking Minds, Changing Lives, Coimbra's Scientific and Medical Congress*.
Núcleo de Estudantes de Medicina da Associação Académica de Coimbra
Centro de Congressos dos Hospitais da Universidade de Coimbra
- 2016 10 outubro
"*Mindfulness* e *McMindfulness*"
Palestra no Dia Mundial de Saúde Mental. Dignidade em Saúde Mental – Primeiros Socorros Psicológicos e em Saúde Mental: apoio a pessoas em crise.
Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental
Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Aveiro
- 2016 23 maio
"O Nutricionista *Mindful*"
Workshop na Associação Nacional de Estudantes de Nutrição
Universidade Fernando Pessoa
Porto
- 2015 23 novembro
"*Mindfulness* e Dor Crónica"
Seminário na Unidade Curricular de Dor e Funcionalidade do Mestrado em Psicologia
Universidade de Aveiro
- 2015 24 outubro
"*Mindfulness* — Achados Imagiológicos"
Comunicação Oral
XI Congresso Nacional da Sociedade Portuguesa de Neurorradiologia
Universidade de Aveiro
- 2015 20 outubro
"*The Mindful Physician*"
Workshop na *Health School Leadership*
Humans of Health
Vilarinho das Furnas
- 2015 26 setembro
"*Mindful Self-Compassion*: Apresentação do curso de 8 semanas"
AMARA
Hotel Lisboa Plaza
Lisboa



Curriculum Vitae resumido de José Carlos Lopes (Setembro 2018)

- 2015 21 maio
"Mindfulness e Neurologia: dois exemplos"
Fórum de Neurologia
Sociedade Portuguesa de Neurologia
Hotel Meliá
Aveiro
- 2014 02 dezembro
"MBSR in the workplace"
Workshop na AMGEN
Hotel do Bairro Alto
Lisboa
- 2014 04 outubro
"Intervenções Baseadas em Mindfulness e Hipnose Clínica"
1^{as} Jornadas Internacionais de Hipnose Clínica Hipnoanálise
APHCH - Associação Portuguesa de Hipnose Clínica e Hipnoanálise
Cineteatro Alba
Albergaria-a-Velha
- 2014 13 abril
"A Saúde mental e o papel da meditação e da Mindfulness"
AME Portugal – Seminário "Mente e Saúde"
Auditório Mirita Casimiro
Viseu
- 2014 28 fevereiro
"Mindfulness-Based Stress Reduction nos profissionais de saúde "
XVII Reunião Nacional de Cuidados Intensivos Pediátricos
Hospital Prof. Doutor Fernando Fonseca
Amadora
- 2013 28 setembro
"Mindfulness-Based Stress Reduction"
Holmes Place
Aveiro
- 2013 15 setembro
"Mindfulness-Based Stress Reduction"
ReAge – Saúde, Educação, Atividades para Crianças e Apoio Social Lda.
Rua de Pedrouços, 67B
Lisboa
- 2013 14 setembro
"Mindfulness: Meditação para Aumentar o Bem-Estar e Reduzir o Stresse"
Sociedade Portuguesa de Meditação e Bem-Estar
R. Afonso Cordeiro, 323, Matosinhos
- 2013 07 e 21 janeiro
"Sati, Mindfulness, Mindfulness-Based Approaches"
SitaRama, Espaço de Meditação e Yoga de Aveiro
R. João de Mendonça, Nº. 31, 1º Esq. A, Aveiro
- 2012 12 outubro
"Intervenções Baseadas em Mindfulness: Stress, Burnout, Dor Crónica, Ansiedade e Depressão"
Enfermagem do Serviço de Oncologia do Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga
Hospital de S. Sebastião, Santa Maria da Feira
- 2012 25 setembro
"Mindfulness-Based Approaches (MBSR, MBCT), Dor Crónica e Depressão"
Serviço de Psiquiatria do Centro Hospitalar de Entre Douro e Vouga
Hospital de S. João da Madeira
- 2011 06 maio
"Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) e Dor Crónica"
Unidade de Dor do Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro



- 2011 14 janeiro
"Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) e Dor Crónica"
Serviço de Psiquiatria do Centro Hospitalar do Baixo Vouga
Hospital Infante D. Pedro, Aveiro

5. PUBLICAÇÕES EM MINDFULNESS-BASED APPROACHES

Lopes JC, Vilarinho S, Afreixo V, Almeida L, Pimentel FL, Shannon D. Mindfulness-based intervention in cancer recovery: a pilot feasibility study in a Portuguese sample. *International Journal of Clinical Neurosciences and Mental Health*. 2016;3(4):<http://dx.doi.org/10.21035/ijcnmh.22016.21033.21034>.

José Carlos Lopes, Luís Almeida, Francisco Pimentel and David Shannon (2014). "Mindfulness-Based Intervention in Cancer Recovery in a Portuguese Population – Preliminary Results". e-Poster na Conferência Internacional de Psico-Oncologia Liga Portuguesa Contra o Cancro (LPCC)
Hotel Quinta das Lágrimas, Coimbra.

José Carlos Lopes (2012). "Intervenções Baseadas em *Mindfulness* em Oncologia: Revisão de Meta-Análises". *Actas do 9º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde* (Lisboa: Placebo Editora), p. 681-697.

6. OUTRAS ATIVIDADES NO ÂMBITO DE MINDFULNESS-BASED APPROACHES

- Desde 2012 Encontros semanais do Centro de Prática e Estudo de *Mindfulness* — organização das sessões e seleção de documentos para discussão.
- 2012 Membro fundador do Centro de Prática e Estudo de *Mindfulness* (www.mindfulness.web.ua.pt)
- 2009 Organização do retiro:
6-8 março
Martine Batchelor
Lótus Azul (J. C. Lopes) e União Budista Portuguesa – delegação do Porto
Casa de Retiros Santa Paula Frassinetti, V. N. Gaia
- 2009 Membro fundador do Lótus Azul (www.bluelotuspt.wordpress.com)

