



MINDFULNESS

CORSO FEBBRAIO-MARZO 2018
Ipnomed - corso Francia, 19 – Torino

- 1) *Il pilota automatico* – lunedì 5 febbraio h 17-19
- 2) *Affrontare le barriere* - lunedì 12 febbraio h 17-19
- 3) *Respiro e corpo* - lunedì 19 febbraio h 17-19
- 4) *Essere presenti* - lunedì 26 febbraio h 17-19
- 5) *Accettare* - lunedì 5 marzo h 17-19
- 6) *I pensieri non sono fatti* – lunedì 12 marzo h 17-19
- 7) *Come posso prendermi cura di me?* - lunedì 17 marzo h 17-19
- 8) *Utilizzare ciò che è stato appreso* - lunedì 22 marzo h 17-19

Il costo del corso è di 500 euro.

Ciascuna sessione dura 120 minuti ed è condotta dal dr. Alessandro Calderoni, psicologo clinico.

Settimanalmente saranno consegnati supporti audio e materiale cartaceo per gli esercizi domestici.

Per informazioni: www.ipnomed.it – info@ipnosimedicaRapida.it

IPNOMED

ACCADEMIA ITALIANA DI IPNOSI CLINICA RAPIDA