

CICLO DI INCONTRI:

CORPO E PSICHE

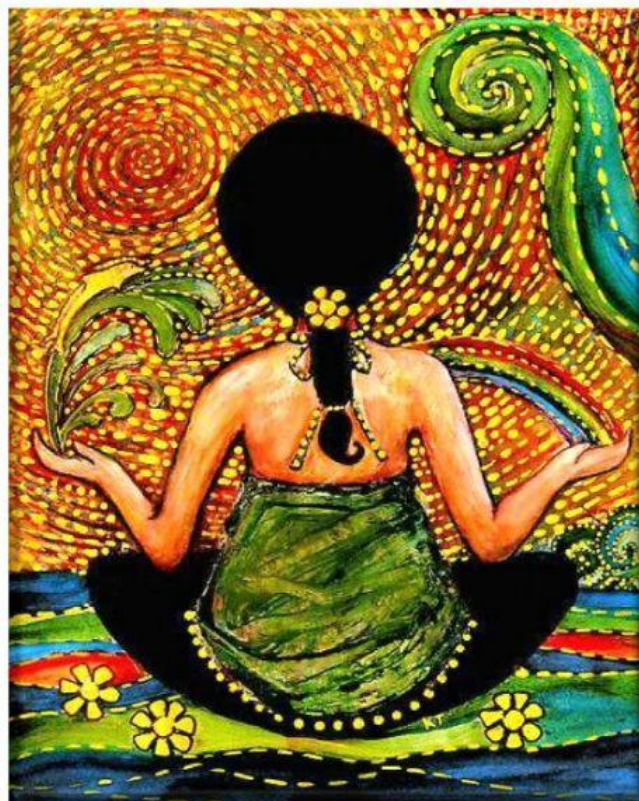
TECNICHE CORPOREE PER LA GESTIONE DELL'ANSIA

Il lavoro sul CORPO è fondamentale quanto quello sulla PSICHE. Ciò che avviene in noi in quanto persone avviene attraverso canali fisici così come attraverso canali psicologici. Non viviamo solo attraverso il nostro pensiero e immaginazione, ma anche attraverso il movimento, la postura, i sensi e l'espressione.

Il ciclo di incontri ha lo scopo di saperne di più sulla fisicità della nostra esperienza e su come il vissuto corporeo si intreccia con quello mentale, in modo di poterci appropriare dei vari disturbi psicosomatici come di atti creativi della nostra coscienza che tenta di adattarsi a situazioni difficili.

Presso: **Yogarden asd**
Via del tiro a segno s.n.c.
TERAMO

La Palestra segue le attuali norme antisismiche



Conducono:

Dott.ssa Lorenza Donati, psicologa e istruttrice
meditazione yoga

Dott.ssa Gloria Di Rocco, psicologa
psicoterapeuta Gestalt analitica

21 Febbraio ore 19:00 - 20:30

7 Marzo ore 19:00 - 20:30

21 Marzo ore 19:00 - 20:30

NECESSARIA LA PRENOTAZIONE

3393272506 o lorenza_donati@virgilio.it

Contributo intero ciclo: 40 euro. Singolo evento 20 euro.