

CICLO DI 10 INCONTRI

GESTIONE DEL DOLORE E MINDFULNESS

*All'interno di un approccio sistemico-
relazionale con equipe multidisciplinare.*

*Utilizzo di tecniche esperienziali allo
scopo di fornire strumenti per gestire il
dolore*

**PER INFO E ISCRIZIONI
HUMANDESIGN.PSY@GMAIL.COM**

Studio Florio,
Via Legionari in Polonia , 35 Bergamo

Programma

COLLOQUI INDIVIDUALI E DI GRUPPO

- Introduzione alla mindfulness
- Dolore cronico e mindfulness
- Dolore e fisioterapia/alimentazione
- Mindful eating: dolore e alimentazione emotiva
 - Dolore e sofferenza emotiva
 - Dolore e perdono
 - Dolore e relazioni

CONTATTI:

TELEFONO / WHATSAPP

3348166835

3401478983

HUMANDESIGN.PSY@GMAIL.COM