

CICLO DI SEMINARI BIOENERGETICI



Un ciclo di incontri di gruppo che parte dalla consapevolezza di sé stessi e del proprio corpo e fornisce strumenti per regolare in modo più efficace le proprie emozioni, per poterle percepire e esprimerle con maggiore padronanza.

La salute emozionale è indice di flessibilità personale e rappresenta la capacità di adattarsi e essere padroni di sé e del proprio ambiente. I disturbi emozionali, al contrario, sono il segnale di un arresto e possono interferire significativamente sul benessere e nelle relazioni sociali. Si lavorerà attraverso lo strumento del lavoro di gruppo e dell'utilizzo delle tecniche psico corporee dell' Analisi Bioenergetica.

E' consigliata la partecipazione all'intero ciclo ma è possibile Partecipare anche ai singoli seminari.

SABATO 31 MARZO
Dalle ore 9:00 alle ore 13:00

“NOI SIAMO IL NOSTRO CORPO”:
il corpo emotivo come base del nostro essere e benessere.

SABATO 14 APRILE
Dalle ore 9:00 alle ore 13:00

“LE EMOZIONI E IL CORPO”:
come il contatto col nostro corpo può aiutarci
nella gestione ed espressione delle emozioni.

SABATO 5 MAGGIO
Dalle ore 9:00 alle ore 13:00

“CORPI IN RELAZIONE”:
io e il gruppo, vicinanza e distanza.

I Seminari si terranno presso il *Centro Studi Irideyoga*
a Cadelbosco Sopra (RE) in via Molino Traghetto, 3

COSTO: 55 euro per singolo incontro (150 euro per l'intero ciclo)

Per informazioni e iscrizioni:

Dott.ssa Elena Casoli, Psicologa – Psicoterapeuta Bioenergetica
Tel. 3496636581 E-mail: elecaso@gmail.com

Dott. Simone Giorgi, Psicologo – Psicoterapeuta Bioenergetico
Tel. 348 7366685 E-mail: simog18@libero.it