

Ciclo di incontri sul benessere

Pubblicato: Lunedì 15 Ottobre 2012

??V , **Mente Corpo Emotività Studi Riuniti di Psicologia Psicosomatica, Cognitiva e Comportamentale**, organizza un ciclo di incontro e seminari dal titolo "Abbi cura di te" per riconoscere e prevenire il gorgo dello stress. Ingresso Gratuito ore 21.00

1.IL CIRCOLO FISIOLÓGICO DELLO STRESS...COME COMBATTERLO.

Martedì' 9 Ottobre 2012 – Busto Arsizio

Martedì' 16 Ottobre 2012– Varese

2.COME MANTENERSI IN EQUILIBRIO PSICOFISICO NEI MOMENTI DI STRESS

Martedì' 16 Ottobre 2012- Busto Arsizio

Martedì' 30 Ottobre 2012– Varese

1.L'ATTEGGIAMENTO MENTALE: L'ALLEATO INDISPENSABILE PER ESPRIMERE SE STESSI E APPREZZARE LA VITA

Martedì' 6 Novembre 2012 – Busto Arsizio

Giovedì' 8 Novembre 2012– Varese

2. PIACERE E' DESIDERIO. DESIDERIO E' VOLONTA'

Martedì' 20 Novembre 2012- Busto Arsizio

Giovedì' 29 Novembre 2012– Varese

1.SCOPRI L'ASSERTIVITA'! SENTIRSI PIU' LIBERI E MENO INIBITI

Martedì' 15 Gennaio 2013 – Busto Arsizio

Giovedì' 17 Gennaio 2013 – Varese

2.IL POTERE CREATIVO DELLE PAROLE E DEL LINGUAGGIO DEL CORPO

Martedì' 29 Gennaio 2013 – Busto Arsizio

Giovedì' 31 Gennaio 2013 – Varese

DELL'AMORE NON C'E' NIENTE DA DIRE. NIENTE DA CAPIRE. VA VISSUTO.

Prima serata

Martedì' 12 Febbraio 2013 – Busto Arsizio

Martedì' 26 Gennaio 2013 – Varese

Seconda serata

Mercoledì' 13 Febbraio 2013 – Busto Arsizio

Il tuo amore perfetto non esiste...neanche il mio

Giovedì' 28 Gennaio 2013 – Varese

La Resilienza Emotiva

Come sviluppare la capacità di resistere e agire in condizioni stressanti

1.BASTA CON I SUPEREROI!

VALORIZZA IL TUO CORPO, LA TUA MENTE E IL TUO CUORE

Martedì 12 Marzo 2013 – Busto Arsizio

2. CONOSCERE SE STESSI PER AUTOREALIZZARSI

Martedì 26 Marzo 2013 – Busto Arsizio

Giovedì 14 Marzo 2013 – Varese

Giovedì 4 Aprile 2013 – Varese

DOVE?

Busto Arsizio via Indipendenza 2bis/C

Varese via Del Cairo 34

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it