



Corso di Motivazione al Benessere e alla Salute

organizzato dall'Associazione Pisa Parkinson
tenuto dal Medico Psicoterapeuta dott. Ferdinando Regina

presso il Centro Polivalente San Zeno - Pisa

via San Zeno, n. 17

(entrata a destra del cancello del Liceo "G. Carducci")

Venerdì 12 ottobre, 19 ottobre, 26 ottobre 2018

Venerdì 9 novembre, 16 novembre 2018

ore 15.30 - 17.30

Incontro del 12 ottobre: presentazione del Corso

Il Corso tratterà i seguenti argomenti:

1. Funzionamento e potenzialità della Mente
2. L'Atteggiamento Mentale Positivo
3. Tecniche di Rilassamento
4. Gestione di Ansia, Stress e Emozioni negative
5. Potenziamento dell'Autostima per il raggiungimento dei propri obiettivi.

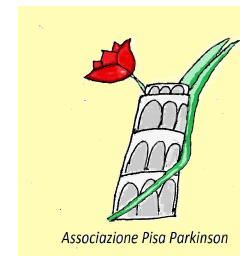
Il corso è gratuito e aperto a tutti.

Per informazioni e iscrizioni:

Cosimo Grandone: cell. 339 681 0171

email: associazionepisaparkinson@gmail.com

<https://www.associazionepisaparkinson.it/>



Corso di Motivazione al Benessere e alla Salute

organizzato dall'Associazione Pisa Parkinson
tenuto dal Medico Psicoterapeuta dott. Ferdinando Regina

presso il Centro Polivalente San Zeno - Pisa

via San Zeno, n. 17

(entrata a destra del cancello del Liceo "G. Carducci")

Venerdì 12 ottobre, 19 ottobre, 26 ottobre 2018

Venerdì 9 novembre, 16 novembre 2018

ore 15.30 - 17.30

Incontro del 12 ottobre: presentazione del Corso

Il Corso tratterà i seguenti argomenti:

1. Funzionamento e potenzialità della Mente
2. L'Atteggiamento Mentale Positivo
3. Tecniche di Rilassamento
4. Gestione di Ansia, Stress e Emozioni negative
5. Potenziamento dell'Autostima per il raggiungimento dei propri obiettivi.

Il corso è gratuito e aperto a tutti.

Per informazioni e iscrizioni:

Cosimo Grandone: cell. 339 681 0171

email: associazionepisaparkinson@gmail.com

<https://www.associazionepisaparkinson.it/>