

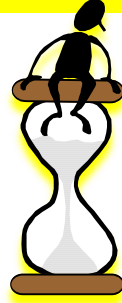
dott.ssa L. PALEARI
Psicologa – Psicoterapeuta
GILS Piemonte

Il training permette di:

- **sperimentare una esperienza ripetibile nel tempo;**
- **acquisire un metodo che si potrà applicare anche al termine del corso;**
- **appropriarsi di uno strumento utile a potenziare le proprie risorse personali al fine di migliorare la gestione dello stress correlato alla vita quotidiana ed alla presenza della malattia.**

PRENDE AVVIO UN NUOVO GRUPPO

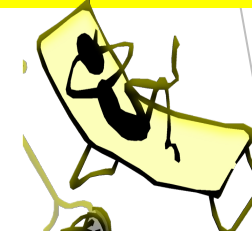
CALMA...



RESPIRA...



RIASSATI...



5 INCONTRI
su piattaforma ZOOM

RIVOLTO ai SOCI GILS

per informazioni e/o

iscrizioni scrivere a:

gilspiemonte@gmail.com

entro il 3 ottobre 2023

MARTEDI' ore 18:30 - 20:00

CALENDARIO 2023

10 - 24 ottobre

21 novembre

5 - 19 dicembre

