

I COLORI DEL CORPO

CORSO DI CRESCITA PERSONALE

dal Training Autogeno alle Immagini



- per la conoscenza di se stessi e delle proprie **EMOZIONI**
- per aumentare l'**AUTOSTIMA**
- per migliorare le **RELAZIONI**
- per gestire meglio **STRESS** e **ANSIA**

Il percorso prevede nove incontri di gruppo:

23 Aprile 2014: *Supero frustrazioni e conflitti*

30 Aprile 2014: *Mi distacco dal nido...e cresco!*

7 Maggio 2014: *Abbatto le mie paure e le mie inibizioni*

14 Maggio 2014: *Energia e aggressività a disposizione di me stesso*

21 Maggio 2014: *Chi sono? Scopro la mia vera identità*

28 Maggio 2014: *Basta con i sensi di colpa!*

4 Giugno 2014: *Alla ricerca di ME STESSO in prospettiva del domani*

11 Giugno 2014: *Integrità e completezza. Mi sento più forte*

18 Giugno 2014: *Risveglio dei sentimenti nelle relazioni*

QUANDO: I mercoledì dalle ore 20.00 alle 22.00 dal 23 APRILE 2014

DOVE: studio Pegaso, via IV Novembre 2b, San Giovanni Lupatoto, VR

CONDOTTO da: Dott. Roberto Targon, Psicologo Psicoterapeuta,
utilizza tecniche di rilassamento, immaginative ed espressive che coinvolgono l'ascolto
del corpo

Info o iscrizioni (ENTRO 15 APRILE)

tel. **340.1683224**