



ASSOCIAZIONE FAMIGLIE - VERONA

CONSULTORIO FAMILIARE SOCIO-EDUCATIVO VERONA - SUD

Via P.F.Calvi, 4b - 37135 Verona (Tombetta) tel. 045 583480 / 333 7426871

CORSO DI TRAINING AUTOGENO

LUNEDI 1 OTTOBRE 2018 ORE 19

RICREA L'EQUILIBRIO TRA MENTE E CORPO

Il **Training Autogeno** è un valido strumento di rilassamento e benessere, finalizzato al recupero delle energie fisiche, ad eliminare ansia, insonnia e stress.

Per migliorare la concentrazione e le prestazioni nello studio, nel lavoro, nello sport e nel lavoro di tutti i giorni.

E' rivolto a tutti coloro che desiderano raggiungere uno stato di benessere psico-fisico e migliorare la qualità della propria vita.



10 INCONTRI SETTIMANALI

IL LUNEDI DALLE 19.00 ALLE 20.00

PRESSO IL CONSULTORIO FAMILIARE VERONA-SUD

VIA CALVI 4/B VERONA

CONDUTTORE: Dott.ssa Stefania Peranzoni, psicologa-psicoterapeuta

Costo dell'intero corso 100 €

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI TELEFONARE

ALLO 045-583480 - 333-7426871

e-mail consultorioveronasud@gmail.com

www.consultoriofamiliarevrsud.it