

LE IMMAGINI CHE CURANO PROGRAMMA



Tecniche semplici ed efficaci per riequilibrare Mente e Corpo

**A FORLI'
SABATO 21 MARZO 2020**

INTRODUZIONE

Si tratta di un programma che prevede un'alternanza teorico-pratico, ossia si tratteranno nell'ottica scientifica della Psiconeuroendocrinoimmunologia (PNEI), *(un modello di ricerca e di interpretazione della salute e della malattia che vede l'organismo umano come una unità strutturata e interconnessa, dove i sistemi psichici e biologici si condizionano reciprocamente)* argomenti legati allo Stile di Vita, una particolare attenzione sarà posta alle influenze sull'equilibrio salute-malattia di una cattiva gestione dello stress.

Seguiranno esercitazioni guidate a tecniche di rilassamento e visualizzazioni di immagini derivate da alcune fasi della "Distensione Immaginativa", in gruppo.

Ogni partecipante sarà aiutato ad apprendere la tecnica da usare a casa in piena autonomia, migliorando il proprio equilibrio psicofisico, straordinari saranno i benefici nella gestione e regolazione dello stress quotidiano.

Il programma prevede, inoltre, un'introduzione teorica su oli essenziali selezionati da un'esperienza olfattiva degli stessi, utili per l'ambiente e la salute.

Conduce: Monica Mambelli -Psicologa-Psicoterapeuta, Iscritta all'Ordine degli Psicologi dell'Emilia Romagna matricola n.1122 Sez. A

- abilitata all'utilizzo della Tecnica di Distensione Immaginativa (P. Parietti) in ambito clinico
- Istruttrice Tecniche meditative Anti-Stress Metodo PneiMed, formata e abilitata dalla SIMAISS (Scuola Internazionale di Medicina Avanzata e Integrata e di Scienze della Salute, Direttore - F. Bottaccioli)

Con la partecipazione di Giorgio Fattori, di professione consulente finanziario in quiescenza. Da oltre venti anni appassionato conoscitore di aromaterapia, passione coltivata ed approfondita attraverso numerosissimi corsi formativi professionali e attività pratiche. Socio SIROE (Società Italiana Ricerca sugli Oli Essenziali).

PROGRAMMA

Sabato 21Marzo2020

09.00

Monica Mambelli

Parte teorica

- La Pnei come paradigma scientifico
- L'asse dello Stress
- Conseguenze psiconeuroendocrinoimmunologiche dello stress quando cronicizza
- L'importanza dello stile di vita in ottica PNEI
- Salute e alimentazione
- L'attività fisica come regolatore metabolico e immunitario
- Le visualizzazioni e gli effetti benefici, un ponte fra mente e corpo
- Le Tecniche di derivazione da specifiche fasi della Distensione immaginativa

Parte pratica

- Esperienza guidata alla tecnica di Rilassamento per una migliore consapevolezza corporea
- Esperienza di Visualizzazione guidata tramite la tecnica di alcune fasi derivanti dalla "Distensione Immaginativa"

11.30

Giorgio Fattori

Gli oli essenziali: cosa sono e come funzionano

13.00

Fine lavori

SEDE: Studio Dott.ssa Monica Mambelli, Corso G. Mazzini N.10 Forlì

TERMINE ULTIMO ISCRIZIONI 14 MARZO 2020

Attenzione i posti sono limitati e le iscrizioni saranno accettate in base all'ordine di arrivo fino ad esaurimento posti.

Costi:

- 50.00€ Programma "LE IMMAGINI CHE CURANO" più 2% Cont. Prev. €1,00 + marca da bollo € 2,00 **totale € 53.00. Si possono detrarre come spese sanitarie.**

A conclusione del percorso, verrà rilasciata attestato di partecipazione e tutti i riferimenti bibliografici.

Modalità di pagamento:

- Iscrizione al Programma "il Cammino verso il Benessere" tramite bonifico: Banca Popolare dell'Emilia Romagna Agenzia di Città 1 via Ravennana 41 Forlì, Numero di conto corrente 1593074 intestato a Dott.ssa Monica Mambelli IBAN: IT54Z0538713200000001593074, causale "Iscrizione "IL CAMMINO VERSO IL BENESSERE" OTTOBRE 2019".

L'iscrizione è considerata completata quando viene inviata una mail a monica.mambelli@libero.it con copia del bonifico effettuato e scheda d'iscrizione compilata.

NOTA BENE: In caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti, verrà rimborsata l'intera quota d'iscrizione al percorso.