



ASSOCIAZIONE FAMIGLIE ETS - VERONA

CONSULTORIO FAMILIARE SOCIO EDUCATIVO VERONA SUD

Via P.F. Calvi, 4b - 37135 Verona

tel. 045-583480 / 333 7426871

CORSO TRAINING AUTOGENO

Il Lunedì a partire da marzo 2025 ore 19:00



RICREA L'EQUILIBRIO TRA MENTE E CORPO

Il Training Autogeno è un valido strumento di rilassamento e benessere, finalizzato a recuperare le energie fisiche, a eliminare ansia, insonnia e stress. Inoltre, aiuta a migliorare la concentrazione e le prestazioni nello studio, nel lavoro, nello sport e nella vita 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

IL LUNEDI DALLE 19.00 ALLE 20.00

PRESSO LA SEDE DEL CONSULTORIO VERONA SUD

VIA PIER FORTUNATO CALVI 4, VERONA

CONDUTTORE: Dott.ssa Stefania Peranzoni, psicologa-psicoterapeuta

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI TELEFONARE

045 583480 / 333 7426871

E' richiesto un contributo economico

Il ricorso partirà con un minimo di 8 partecipanti

e-mail: consultorioveronasud@gmail.com

web: www.consultoriofamiliarevrsud.it