

# RILASSAMENTO e VISUALIZZAZIONI



*Mantieni i tuoi pensieri positivi perché i tuoi pensieri diventano parole.*

*Mantieni le tue parole positive perché le tue parole diventano comportamenti.*

*Mantieni i tuoi comportamenti positivi perché i tuoi comportamenti diventano le tue abitudini.*

*Mantieni le tue abitudini positive perché le tue abitudini diventano i tuoi valori.*

*Mantieni i tuoi valori positivi perché i tuoi valori diventano il tuo destino.*

Gandhi

## **Saper proporre e creare semplici**

visualizzazioni da utilizzare negli incontri di accompagnamento alla nascita o in altri gruppi.

**6 incontri on line-live di 3,5 ore ciascuno,**  
su piattaforma Zoom, per di 21 ore più 4 ore di  
lavoro individuale. Posti limitati!

**Docente: Piera Maghella** Educatrice Perinatale, IBCLC  
**Tutor: Laura Vergani** Educatrice Perinatale

**Costo: € .210** quota non soggetta a iva.

**MIPA Formazione - tel 030 6896597**  
[iscrizioni@mipaonline.com](mailto:iscrizioni@mipaonline.com)

◆ Cosa ci rilassa ?

◆ Come facilitare uno stato di rilassamento

◆ Come concludere una visualizzazione

◆ Effetti di un rilassamento

◆ Il linguaggio

◆ Ambiente, materiale

◆ Creare visualizzazioni individuali e di gruppo

◆ Gestire alcune situazioni

Durante l'incontro sono previste una parte esperienziale, condivisione in piccoli gruppi, parte teorica e metodologica.  
*Mipa Style!*

1. Martedì 5 aprile 2022
2. Mercoledì 6 aprile
3. Martedì 12 aprile
4. Mercoledì 13 aprile
5. Martedì 26 aprile
6. Mercoledì 27 aprile

**09,15**

**12.45**

*É possibile mancare ad un solo incontro !  
Attestato di partecipazione di 25 ore complessive.*