

# MIPA FORMAZIONE 2026 - CORSO ONLINE - LIVE

## 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 21 ore più 4 ore di lavoro individuale. Posti limitati!**

**Attestato di partecipazione di 25 ore complessive.**

**Docente: Piera Maghella Educatrice Perinatale, IBCLC**

**Costo: € 230 quota non soggetta a iva.**

**MIPA Formazione - iscrizioni@mipaonline.com**

**6 Mercoledì. gen-feb 2026**

1. Mer. 21 gennaio
2. Mer. 28 gennaio
3. Mer. 04 febbraio
4. Mer. 11 febbraio
5. Mer. 18 febbraio
6. Mer. 25 febbraio

**9.15 -  
12.45**

◆ 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!*