

Miriam Carcano è psicologa e psicoterapeuta. Da vent'anni si occupa dello studio e dell'applicazione delle discipline psicocorporee per favorire il benessere dei pazienti. Tra le sue specializzazioni vi sono l'Analisi Transazionale, l'Analisi Bioenergetica, EMDR, Problem Solving e Coaching Strategico, Psicoterapia Breve Strategica e Mindfulness. Conduce da tempo, con successo, corsi e seminari sulla gestione dell'ansia e del panico e sulle tematiche femminili. Grazie alla sua esperienza di terapeuta è arrivata a elaborare la W.A.Y. Therapy, un metodo alternativo alla terapia di gruppo. Da diversi anni studia la filosofia buddhista e pratica regolarmente meditazione.

Lorella Cantaluppi è psicologa e psicoterapeuta. Dalla prima specializzazione in Analisi Transazionale, il suo percorso è proseguito con altre formazioni: Analisi Bioenergetica, Mindfulness, EMDR, Problem Solving e Coaching Strategico, un Master in Psicoterapia Breve Strategica. Ha acquisito, quindi, diversi approcci che integra e utilizza quotidianamente per accompagnare se stessa e i pazienti verso un benessere psico-corporeo-spirituale. Da anni si occupa con competenza e passione della conduzione di Classi di Esercizi Bioenergetici, corsi per ansia e attacchi di panico, seminari su tematiche femminili e gruppi di consapevolezza e crescita per coppie. E' anche psicologa presso l'Associazione Sclerosi Multipla di Varese.



PER INFO E ISCRIZIONI

Dott.ssa Lorella Cantaluppi

L'Alba di un Giorno Nuovo
Via Valtellina,3 — Saronno
tel.3472618776
lcantaluppi@libero.it
www.psicostudi.it

Dott.ssa Miriam Carcano

Il Centro dell'Essere
Via Rismondo,81 – Seregno
Tel. 3395016281
miriamcarcano@infinito.it
www.ilcentrodellessere.com

ISCHIA

Dal 6 al 12 luglio 2014

IMPARARE L'AMORE



EVENTO ORGANIZZATO DA :

Il Centro dell'Essere

e

Studio di Psicologia

L'Alba di un Giorno Nuovo

Dove

L'albergo è situato in posizione panoramica sulla collina di Casamicciola, da dove si gode una splendida vista mare.

La struttura possiede una piscina termale riservata ed utilizzabile liberamente dai partecipanti, nella quale verranno proposte anche esperienze di contatto e rilassamento in acqua.

Usufruiremo di un servizio di pensione completa e il clima familiare, che da sempre ci offrono i proprietari, ci farà sentire come a casa.



Cosa

Chi ci segue da tempo lo sa: l'esperienza di Ischia è insieme un po' seminario e un po' vacanza, un modo per sviluppare l'introspezione e staccare dalla quotidianità, che spesso ci porta lontano da noi stessi. Anche quest'anno organizziamo il consueto viaggio nella bellissima isola del Tirreno, un'occasione per meditare, riscoprirsi e prendersi cura di sé. Ogni anno scegliamo un tema da sviluppare, sempre diverso.

Per il 2014 sarà

IMPARARE L'AMORE

La maggior parte di noi pensa di saper amare.

E' proprio così?

Oppure c'è ancora qualcosa che possiamo capire, scoprire, imparare per diventare più consapevoli delle nostre modalità e più capaci di vivere l'amore?

In questo seminario cercheremo di capire cos'è amare e cosa non lo è.

Ci confronteremo utilizzando strumenti che ci vengono offerti dalle discipline orientali e dalla psicologia occidentale e, come è nel nostro approccio, coinvolgeremo tutte le nostre dimensioni: corporea, mentale, emotiva, spirituale.

Come

La nostra modalità è quella di creare una situazione di calma, leggerezza, contatto con sé stessi e con gli altri, in un clima allegro e gioioso, con il rispetto dei momenti individuali che ognuno può avere il desiderio di vivere.

Ogni partecipante si sentirà accolto e accompagnato lungo un percorso che lo porterà a fare chiarezza dentro di sé e ad acquisire strumenti per una maggiore efficacia nella vita personale e relazionale.

Il seminario si svolgerà al mattino.

Il pomeriggio, invece, sarà libero e ci sarà la possibilità di fruire della piscina e del solarium dell'albergo, situato in uno dei punti più suggestivi e panoramici dell'isola, di andare al mare o di scoprire le bellezze ischitane.

