



www.psicosomatica.org  
www.simpitalia.com

**MINDFULNESS E IPNOSI**  
**Un sentiero comune verso il benessere**  
**SEMINARIO ESPERIENZIALE**  
**Rivolto a medici, psicologi, operatori della salute**

**28 GENNAIO 2017 sabato ore 9.00-12.00/13.00-17.00**

**Presso ASSOCIAZIONE DEL LABIRINTO**  
**Via Giambellino 84-Milano**

Che cosa sono ipnosi e mindfulness? Che differenza c'è tra mindfulness e ipnosi? Come possono essere utili nella psicoterapia e nella crescita personale e spirituale? Il seminario è esperienziale, con una parte teorica limitata all'effettiva comprensione delle tecniche e della fenomenologia. Ampio spazio viene dato all'esercitazione pratica e alla condivisione

**PROGRAMMA**

**Ore 8.30 registrazione dei partecipanti**

**Ore 9.00 -13.00 teoria e pratica di mindfulness**

**Ore 12.00-13.00 break (buffet in sede)**

**Ore 13.00-17.00 teoria ed esperienza di ipnosi e autoipnosi**

**Ore 17.00-18.00 assemblea soci SIMP Naviglio Grande**

**CONDUCONO**

**LUISA MERATI**

medico internista specialista in psicologia clinica, medicina psicosomatica

istruttore mindfulness senior MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction Program)- Formata dal Center for Mindfulness in Medicine, Health Care, and Society, University of Massachusetts

**GIOVANNA COLCIAGHI**

Psicologa psicoterapeuta specialista in psicoterapia ipnotica e terapia cognitivo comportamentale

**PER INFORMAZIONI:**

3486055289 –EMAIL: [luisa.merati@gmail.com](mailto:luisa.merati@gmail.com)

- **QUOTA ISCRIZIONE € 52,00** – comprende l'iscrizione al seminario e alla Società Italiana Medicina Psicosomatica SIMP([www.simpitalia.com](http://www.simpitalia.com))
- **RICHIEDERE SCHEDA ISCRIZIONE a: [luisa.merati@gmail.com](mailto:luisa.merati@gmail.com)**
- **INVIARE SCHEDA ISCRIZIONE COMPILATA E COPIA BONIFICO EFFETTUATO A [infosimp@riza.it](mailto:infosimp@riza.it).**