LE FINALITA' DEL CORSO

DODICI INCONTRI, DI 80 MINUTI CIASCUNO, ATTRAVERSO CUI APPRENDEREMO TECNICHE E STRATEGIE PER RAGGIUNGERE IL NOSTRO PESO-FORMA E MANTENERLO

INCONTRI 1-4

I PRIMI 4 INCONTRI LAVORANO ATTRAVERSO LE TECNICHE DI AUTOIPNOSI SULLA RIMOZIONE DEI BLOCCHI CHE CI PORTANO A PRENDERE PESO E RINFORZANO IL CONCETTO DI "MOTIVAZIONE".

INCONTRI 5-8

COME SCONGIURARE GLI ATTACCHI IMPROVVISI DI FAME ATTRAVERSO L'IPNOSI.
UN VERO E PROPRIO MANUALE DI PRONTO SOCCORSO PER LE SITUAZIONI A RISCHIO.

INCONTRI 9-12

GLI ESERCIZI DI RILASSAMENTO, MEDITAZIONE E AUTOIPNOSI PER MANTENERE IL GIUSTO PESO

DIMAGRIRE CON L'IPNOSI

DIMAGRIRE È ANCHE UN PROCESSO DI METABOLISMO DELLE EMOZIONI

Presso il Centro Ricerche Educazione Alimentare Via Giraud 6, Milano

Costo: € 100,00 per singolo incontro € 1000,00 per intero corso

LA RELATRICE

DOTT.SSA ELISABETTA BŰHNE

Hypnotherapist Certified

Esperta in
Autoipnosi- Ipnologia- Comunicazione

Tecniche Psicosomatiche

Preparazione al parto in Analgesia Ipnotica

Counseling Onirico
Floriterapia

Filosofa della Scienza e
Giornalista Medico-Scientifica

Ha conseguito
Master in Medicina Psicosomatica,
Master Teorico-Pratico in Ipnositerapia
presso il Centro di Medicina Psicosomatica,
Ospedale San Carlo Borromeo, (Milano).
Specializzazione internazionale in Ipnosi
presso Istituto ISI-CNV, Torino
Master in Massaggio Anti-Stress,
Master in Floriterapia presso
L'istituto Riza di Medicina Psicosomatica (Milano).
www.ipnosomatica.it