

**La Associazione REF e la Scuola di *Counseling Integrato CoMeTE*
(*Tecniche Corpo-Mente-Energia*) organizzano un seminario dal titolo**

Mindfulness: teoria e pratica

*Durante il seminario verranno trattati i seguenti argomenti:
La mindfulness come processo di consapevolezza per i pazienti malati di cancro
per ridurre e affrontare tale esperienza stressante, promuovere il rilassamento e,
soprattutto, alleviare il disagio fisico e la sofferenza emotiva. Basi teoriche.
Pratiche di gentilezza amorevole, gioia compartecipe, equanimità, compassione.*

Data: 6 ottobre 2024

Orario: 9.30-13.00; 14.30-18.00

Conduce il seminario: **Luisa Merati**, medico, psicologo clinico, psicoterapeuta,
psicosomatista, Psychosomatic specialist ICPM, International College Psychosomatic
Medicine, Terapeuta certificata metodo Simonton, Istruttore senior Mindfulness

Costo: € 100,00 (IVA compresa). I posti sono limitati e si accettano iscrizioni fino a
completamento dei posti disponibili.

Sede del Corso e Segreteria organizzativa: Associazione REF, via Morimondo 5,
Milano, tel. 02.36553120, fax 02.36553121; info@associazioneref.org;
www.associazioneref.org.

**La partecipazione fornisce 7 crediti per i Counselor professionisti in aggiornamento.
Inoltre il seminario fornisce 7 crediti formativi per proseguire con i nostri corsi di
Counseling Integrato CoMeTE (annuali o triennali).**

ref

via morimondo,5 – 20143 milano
tel.+390236553120 – fax:+390236553121
www.associazioneref.org
info@associazioneref.org