



Società
Italiana
Medicina
Psicosomatica



**Seminario ZOOM , teorico e pratico, ore 9.30-13 Domenica 30 gennaio
SIMP- SEZ di CREMA**

Come agire sulle reazioni biologiche ed emozionali per ridurre la reattività allo stress, privilegiando l'aspetto della comprensione e della autonomia emotiva.

**L'“AUTOIPNOSI” e “THE RELAXATION RESPONSE” di BENSON:
due tecniche a confronto.**

Conduce

**Silvana Cagiada, SIMP, Coordinatrice sezione di Crema, Psicologa Clinica,
Psicoterapeuta, Psychosomatic Specialist (ICPM), psicoterapia ipnotica (SII Roma)
psicoterapia cognitivo-comportamentale (AIAMC- MI)**

Il seminario è gratuito per i soci SIMP in regola con la quota di iscrizione per il 2022.

In allegato, scheda di iscrizione alla sezione di Crema, da inviare con la copia di bonifico a: segreteria@simpitalia.com; per conoscenza a: sil.giada@libero.it

Per informazioni: 3474468417

e-mail: sil.giada@libero.it