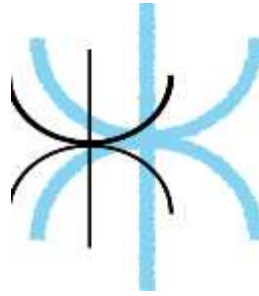


s.i.s.p.i.



scuola internazionale di specializzazione con la procedura immaginativa

info@sispi.eu – www.sispi.eu

Manuela De Palma

MINDFUL PRACTICE **con L'ESPERIENZA IMMAGINATIVA**



Giugno - Ottobre 2018 – SISPI, Via Lanzone 31, Milano

Disponibili ad accogliere quanto si presenta nell'esperienza del momento presente, del qui ed ora, con consapevolezza, attenzione e umanità, attraverso una pratica metacognitiva di orientamento al corpo, al respiro e di attivazione immaginativa, possiamo sperimentare, a diversi livelli di profondità, molteplici effetti: dal benessere psico-fisico, calma e quiete, all'esperienza della consapevolezza mentale. Mediante l'Esperienza Immaginativa, attivata da stimolazioni percettive uditive e visive specifiche, sarà possibile contattare e mobilitare risorse cognitive ed emotive, presenti in ognuno di noi, essenziali allo sviluppo delle capacità resilienti.

INFO E ISCRIZIONI: t/f 02 7639 0359 - info@sispi.eu - www.sispi.eu

TRAINING DI *MINDFUL PRACTICE* con L'ESPERIENZA IMMAGINATIVA

A chi si rivolge: a coloro che desiderano aprirsi alla pratica della consapevolezza mentale, non solo per gestire meglio pensieri ed emozioni, generatori di stress e sofferenza, ma anche per contattare e mobilitare risorse cognitive ed emotive, presenti in ognuno di noi, essenziali allo sviluppo delle capacità resilienti. ^{1,2,3,4}

Operatori:

- ❖ Manuela De Palma: Conduttore, Psicologa, Psicoterapeuta, Didatta SISPI (Milano)
- ❖ Manuela Sanguini: Co-conduttore, Medico, Esperto in Relazione d' Aiuto con L'Esperienza Immaginativa SISPI (Milano)

Calendario, orario: gli incontri si terranno il lunedì ed il mercoledì

Ciclo del Lunedì (h 20-21)

- Giugno: 4, 18, 25
- Luglio: 2, 9, 16, 23
- Settembre: 10, 17, 24
- Ottobre: 1

Ciclo del Mercoledì (h 20-21)

- Giugno: 6, 20, 27
- Luglio: 11, 18
- Settembre: 5, 12, 26
- Ottobre: 3, 17

Sede: gli incontri si tengono presso la Scuola Internazionale di Specializzazione con la Procedura Immaginativa (SISPI), in via Lanzone, 31 a Milano.

Costo del Ciclo completo (10 incontri): €200 (IVA compresa).

N° massimo partecipanti: 10 per gruppo.

Modalità di iscrizione: inviare la Domanda d'iscrizione (modulo allegato) e ricevuta di bonifico a: segreteria@sispi.eu o fax 02 7639 0359.

Estremi del bonifico IBAN: IT 71 E 0344 001 605 000 000 291 800. c/o Banco di Desio, Ag. C.so Indipendenza, Milano, intestato a SISPI srl, Via Lanzone 31, 20123 Milano.

Termine delle iscrizioni: 28 maggio 2018, oltre tale data secondo disponibilità.

Riferimenti:

- De Palma M., Passerini A., Mindful Practice con l'Esperienza Immaginativa, *Conferenza di presentazione*, European Commission, Ispra 9/3/2018