



Cavenago B. Servizi Strumentali Srl

Psicologia Funzionale in Rete - Associazione di Promozione Sociale

[www.psicologiafunzionaleinrete.com](http://www.psicologiafunzionaleinrete.com)



Con il patrocinio del Comune di Cavenago di Brianza

## **I DISTURBI D'ANSIA** **Seminario teorico** **esperienziale**

sabato 5 ottobre 2019 10.00/13.00

Partecipazione gratuita

*Mamma mia che ansia!*



Ciascuno di noi può avere piccole forme d'ansia (come affrontare un esame, cambiare posto di lavoro o sostenere un'operazione), ma quando queste sono troppo marcate e fonte di profonda preoccupazione, divenendo invalidanti e facendo perdere il pieno benessere, allora possiamo essere di fronte ad un disturbo d'ansia.

L'ansia è uno dei disturbi più diffusi e si manifesta con differenti sintomi psichici e corporei:

stato di allarme senza apparente motivo, tensione, minore concentrazione, indecisione, incubi notturni, difficoltà ad affrontare determinate situazioni, ma anche agitazione, irrequietezza, sudori, tachicardia, cefalea ed altro ancora.

In questo seminario affronteremo i disturbi d'ansia sia da un punto di vista teorico che esperienziale, attraverso tecniche mirate.

Si prega di indossare un abbigliamento comodo.

**Il seminario si terrà presso il Poliambulatorio Ca.m.po  
di Cavenago di Brianza (1° piano) Via 25 aprile n.10**

**Per informazioni ed iscrizioni contattare entro il 3 ottobre**

Dott.ssa **Roberta Dall'Ara**, Psicologa Psicoterapeuta 3388089673

Dott.ssa **Ottavia Bolcato**, Psicologa Psicoterapeuta 3293931229