ORDINE DEGLI PSICOLOGI della Liguria

Consiglio Nazionale Ordine Psicologi

Evento patrocinato da COMUNE DI GENOVA

LABORATORIO ESPERIENZIALE DI CONSAPEVOLEZZA

Tenuto dagli psicologi del GDL Psicologia e Sport dell'Ordine degli Psicologi della Liguria

Giornata Nazionale della Psicologia 2021

Allena la mente come i campioni:
dallo Sport al Benessere quotidiano.

Esercizi di consapevolezza per:

- **Conoscere la propria fisicità, le proprie caratteristiche e punti di forza**: velocità, resistenza, motivazione
- **Usare i punti di forza** per raggiungere un cambiamento

Lo Psicologo: il tuo allenatore!
Lasciati guidare in questo cammino dagli psicologi dello sport che saranno presenti. Questo lavoro, che è una vera e propria forma di allenamento mentale, sarà agevolato da professionisti qualificati che conoscono i processi psicologici (cognitivi, emotivi, motivazionali): gli psicologi.

Portare un tappetino per poter svolgere l'attività

9/10 _ Parco del Peralto
10/10 _ Parco di Nervi

ore 10.30-12.00

Per accreditarsi cliccare qui

In caso di pioggia l'attività verrà annullata

Info/ segreteria dell'Ordine ***Tel/*** 010.541.225
Mail/ segreteria@ordinepsicologiliguria.it

La partecipazione è libera e gratuita previa prenotazione obbligatoria.
ordinepsicologi-liguria.it