

19
feb
18:00

Ansia: conoscerla per non temerla



L'ansia è un'emozione fondamentale per la nostra sopravvivenza, ma può diventare un ostacolo al nostro benessere quando le preoccupazioni diventano eccessive e persistono nel tempo.

La **terapia cognitivo-comportamentale** permette di conoscere l'ansia, le sue manifestazioni e le strategie più adeguate per fronteggiarla.

Un incontro di divulgazione scientifica rivolto al pubblico.

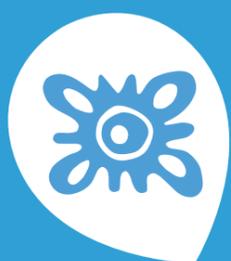
Quando: Martedì 19 Febbraio 2019 - Ore 18:00

Dove: Casa del Volontariato (Sala 51 e più) Viale Belvedere 20 - 41028 Serramazzoni (MO)

Con il patrocinio del



Comune di
Serramazzoni



**STUDI
COGNITIVI**

Evento gratuito, Iscrizioni online:

<http://studicognitivi.it/eventi>

CENTRO CLINICO STUDI COGNITIVI SASSUOLO

Viale San Giorgio 9, 41049 Sassuolo (MO)

Informazioni & Contatti:

Mail: sassuolo@studicognitivi.net

Tel: 328 2262613