

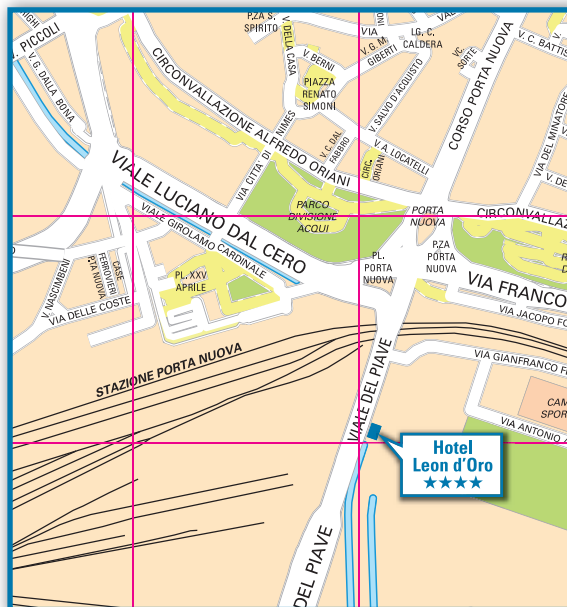
## COME RAGGIUNGERE LA SEDE DEL CORSO

Il Ròseo Hotel Leon d'Oro si trova a Verona, Viale del Piave, 5.

*A piedi:* 500 mt dalla Stazione di Verona Porta Nuova.

*In auto:* Casello autostradale Uscita di Verona Sud. Seguire le indicazioni per il Centro. Superata la Fiera di Verona, dopo il cavalcavia a destra si trova l'ingresso dell'Hotel.

*In taxi:* Radiotaxi, servizio 24 ore su 24 - Tel 045 532666.



### QUOTA DI PARTECIPAZIONE: 80 €

La quota di partecipazione include una sessione privata gratuita (di circa due ore) col dr. Adriano Bilardi, previo appuntamento.

**Le iscrizioni si chiudono alle ore 24:00 di venerdì 5.05.2017.**

PayPal: [adrianobilardi@gmail.com](mailto:adrianobilardi@gmail.com)

Bonifico bancario intestato a: **ADRIANO BILARDI**

Unicredit Banca - Verona, Piazza R. Simoni, 8 - **IBAN: IT78W 02008 32974 001304132380**

(nella causale indicare: Cognome, Nome, telefono, e-mail, Seminario ANSIA ED EMOZIONI del 7.05.2017 - VR)

*L'attestato di partecipazione e le slides presentate durante il seminario saranno spediti in formato elettronico.*

*L'evento sarà videoregistrato per scopi didattici e di studio (non commerciali).*

Segreteria Organizzativa

**Telefono: 335 5396141**

**e-mail: [info@adrianobilardi.it](mailto:info@adrianobilardi.it)**

# LA REGOLAZIONE DELL'ANSIA E DELLE EMOZIONI CON L'IPNOSI E LA PNL PER UNA VITA PIÙ SANA E PIÙ GIOIOSA

## Adriano Bilardi

SEMINARIO INTERATTIVO ED ESPERIENZIALE

### Imparerai a

- Regolare l'intensità delle tue emozioni
- Controllare l'ansia
- Gestire il dolore
- Rilassarti profondamente

VERONA

**Domenica 7 maggio 2017  
dalle 9:30 alle 18:30**

**RÒSEO HOTEL LEON D'ORO  
Verona - Viale del Piave, 5**

[www.adrianobilardi.it](http://www.adrianobilardi.it)  
[COACH] [COUNSELOR] [ESPERTO IN IPNOSI]

L'ansia, le emozioni e il dolore hanno un'importantissima funzione biologica e sociale. Tuttavia, spesso l'intensità del loro manifestarsi ci sovrasta, procurandoci disagio e sofferenza.

Gare, esami, concorsi, colloqui, parlare in pubblico, e tante altre circostanze della vita ci producono uno stato di ansia che, se mantenuta entro certi limiti, ha una positiva azione stimolante e motivante. Tuttavia, spesso l'ansia è talmente intensa e soverchiante da impedirci di svolgere la prestazione o da limitarne la performance.

L'ipnosi e la Programmazione Neurolinguistica possono aiutarci alla regolazione dell'ansia e delle emozioni, compreso il dolore.

Nel seminario saranno esaminate natura e funzione delle principali emozioni, e, in particolare, dell'ansia e del dolore, e saranno illustrate alcune modalità per poterne regolare l'intensità. Inoltre, saranno date informazioni sulla preparazione al parto indolore.



**Dott. ADRIANO BILARDI**

Professional Counselor, Certified Hypnotherapist. Master Trainer di Programmazione neurolinguistica. Coach. Formatore.

*Esperto in ipnosi.*

Riceve su appuntamento **[335 5396141]**.

**[www.adrianobilardi.it](http://www.adrianobilardi.it)**

PROGRAMMA

- 9:30 – 10:00** REGISTRAZIONE PARTECIPANTI
- 10:00 – 11:15** L'ansia, le emozioni e il dolore  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE
- 11:15 – 11:30** *Pausa*
- 11:30 – 13:00** L'ipnosi e la Programmazione Neurolinguistica  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE
- 13:00 – 14:30** *Pausa (pranzo)*
- 14:30 – 16:15** La regolazione dell'ansia e delle emozioni  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE
- 16:15 – 16:30** *Pausa*
- 16:30 – 18:30** Cenni sulla gestione del dolore e sulla preparazione al parto indolore  
ESERCITAZIONE PRATICA  
DISCUSSIONE