

5ª EDIZIONE



# RILASSAMENTO E GESTIONE DELLO STRESS

**1-31 OTTOBRE**

su appuntamento

Martedì (16:00-19:00) Venerdì (09:00-13:00)

**Studio di Psicologia**

Via Toscana, 31  
73045 Leverano (LE)

Sei stressato? Ti senti sopraffatto dagli impegni? Sei stanco e non riesci a concentrarti? Hai spesso ansia e fai fatica ad addormentarti? Migliora il tuo benessere psicofisico con le tecniche di rilassamento e di gestione dello stress utili a fronteggiare l'ansia, recuperare le energie psicofisiche, ridurre la sensazione di dolore ed incrementare la concentrazione e l'autoconsapevolezza. Per tutto il mese di Ottobre sarà possibile prenotare un incontro informativo GRATUITO.

## CONTATTI

Dott.ssa Claudia Nuzzaci  
327 719 07 04  
[claudia.nuzzaci@libero.it](mailto:claudia.nuzzaci@libero.it)