

Festival della psicologia di Frascati
8-9 giugno 2018 Orario 10.00 -18.00
Mura del Valadier, via del Castello 21 - Frascati

L'anziano che verrà

PLANNING LABORATORI

8 giugno			
	SALA 1	SALA 2	SALA3
10.00 11.00	Donne libere di invecchiare, 10.00 11.30	Mindfulness: un viaggio dentro, 10.00 10.45	La Palestra della mente, 10.00 11.00
11.00 12.00	Come attivare la mente attraverso il corpo, 12.00 12.30	Ritrovare consapevolezza nel movimento, 11.00 12.00	Laboratorio motivazionale 11.30 12.10
12.00 13.00	Più training autogeno meno stress, 12.30 13.30	La Palestra della mente, 12.15 13.15	Laboratorio motivazionale 12.20 13.00
13.00 13.30			
13.30 14.00	PAUSA		
14.00 15.00	Donne libere di invecchiare, 14.00 15.30	Mindfulness: un viaggio dentro, 14.00 14.45	Laboratorio motivazionale 14.00 14.40 - 14.40 15.20
15.00 16.00	Donne libere di invecchiare, 16:00 17.30	Ritrovare consapevolezza nel movimento, 15.00 16.00	Più training autogeno meno stress 15.30 16.15
16.00 17.00		I nonni che verranno, 16.30 17.45	Se non si ama si invecchia prima, 16.30 17.15

9 giugno			
	SALA 1	SALA 2	SALA3
10.00 11.00	I nonni che verranno, 10.00 11.15	Mindfulness: un viaggio dentro, 10.00 10.45	La Palestra della mente, 10.00 11.00
11.00 12.00	Donne libere di invecchiare, 11.30 13.00	Ritrovare consapevolezza nel movimento, 11.00 12.00	Hai problemi di memoria? Valutiamola, 11.15 12.00
12.00 13.00		Laboratorio motivazionale 12.15 13.00	Hai problemi di memoria? Valutiamola, 12.00 12.45
13.00 13.30		Laboratorio motivazionale 13.00 13.40	Hai problemi di memoria? Valutiamola, 12.45 13.30
13.30 14.00	PAUSA		
14.00 15.00	La Palestra della mente, 14.00 15.00	Laboratorio motivazionale, 14.00 14:45	Hai problemi di memoria? Valutiamola, 14.00 14.45
15.00 16.00	Se non si ama si invecchia prima, 15.15 16.00	Mindfulness: un viaggio dentro, 15.00 15.45	Hai problemi di memoria? Valutiamola, 14.45 15.30 -15.30 16.15
16.00 17.00	Se non si ama si invecchia prima, 16.15 17.00	Consapevolezza della propria forma fisica , 16.00 17.15	Più training autogeno meno stress, 16.30 17.15
17.00 18.00	Se non si ama si invecchia prima, 17.15 18.00		Più training autogeno meno stress, 17.15 18.00