

TÉCNICAS DE EQUILIBRIO DE ESTRÉS MENTAL EMOCIONAL



El estrés, la ansiedad, el insomnio... son malestares cada vez más comunes y que a la larga terminan precipitando en enfermedades y patologías más graves. De ahí la importancia de aprender a controlar, reconocer y equilibrar esos estados.

En este taller, aprenderemos primero, a utilizar el test muscular neurológico para preguntar a nuestro cerebro (bio-ordenador), las emociones implicadas en el proceso, la causa-origen del malestar, (de modo que tengamos una profunda comprensión de lo que nos ocurre). Y la técnica prioritaria a llevar a cabo para recuperar el bienestar.

Los objetivos del taller :

- Test muscular
- Protocolo de limpieza
- Emociones en los 5 elementos
- Guía Emocional
- Posiciones oculares
- Marcha cruzada
- Puntos Neurovasculares, Neuroemocionales
- Liberación de tensión emocional / Liberación de estrés emocional
- Tapping
- Integra con saliva, Anclaje de Cook, Constricciones craneales
- Respiración, Visualización y Meditación
- Flores de Bach y Aceites esenciales

Fecha: 19-20 de Mayo y 2-3 de Junio

Sábado de 10:00 – 14:00h / 16:00 – 20:00h

Domingo de 10:00 – 14:00h

Aportación de 240€

Imparte: Libe Landaburu

Puente de Deusto, 7 – 2º dpto. 3

48014 BILBAO .

Tlf. 676 99 32 72

www.psicovitalcenter.com

info@psicovitalcenter.com

