



# COUNSELING DAY

21 OTTOBRE

## Evento

Amarsi per tornare in forma. Counseling e Alimentazione

## Descrizione

Abbandonare, fallire e bloccarsi nel percorso dietetico è un vissuto comune da coloro che hanno provato a "mettersi a dieta" e non ce l'hanno fatta. Mancanza di motivazione, di organizzazione, e poca cura di sé sono tra le cause maggiori. Un incontro per conoscere il Counseling Alimentare: un approccio olistico e integrato con l'alimentazione che aiuta a ritrovare l'armonia con se stessi, ad essere più sicuri di sé davanti ad uno specchio e ad avere un rapporto più equilibrato con il cibo.

## Luogo e orario

Studio di Counseling di Eliana Minardi Via Pietro Gaona,22 Martina Franca - Ta  
dalle 10 alle 11.30

## Professionisti

Eliana Minardi Counselor, facilitatrice Mindfulness, Educatrice Alimentare e laureanda in Scienze e Tecniche Psicologiche

## Info e prenotazioni

info@elianaminardi.it oppure 3205584237(è gradito messaggio whatsapp)

Counseling Day: una iniziativa promossa da

**AssoCounseling**  
*Associazione Professionale di Categoria*

Scopri tutti gli eventi su [www.counselingday.it](http://www.counselingday.it)