

IL CORPO RICORDA, IL CORPO GUARISCE: SCOPRIAMO L'EMDR

Il nostro corpo custodisce memorie profonde, emozioni e vissuti che spesso rimangono silenziosi ma influenzano la nostra vita quotidiana.

Grazie all'approccio **EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)** possiamo favorire un processo di guarigione che coinvolge mente e corpo.



Serata gratuita

Condotta dalla dottoressa Camilla De Nadai

Psicologa e Psicoterapeuta specializzata in EMDR

Martedì 3 Febbraio 2026

alle ore 21,00

presso il **Centro Yoga Anahata**

in via della Resistenza 18

20090 Buccinasco

Parleremo di

- cos'è e come funziona la terapia EMDR
- Il legame tra corpo, memoria e trauma
- Svolgeremo un' esperienza guidata di consapevolezza corporea
- Concluderemo con momenti di condivisione e domande