**BIOFEEDBACK**

**LE NEUROSCIENZE A SERVIZIO DELLA SALUTE IN UNA PROSPETTIVA DI MEDICINA OLISTICA
20, 21 Marzo 2021**

**PROGRAMMA**

**Sabato 20 Marzo**

09:00- 09:30 Registrazione partecipanti

09:30-11:00 Condizioni cliniche e Protocolli efficaci per l’utilizzo del Biofeedback: Ansia, Panico, dolori addominali ricorrenti, asma, ipertensione, disordini del sistem nervoso autonomo, PTSD, dolore cronico, dipendenze e altro.

11:00-11:30 Pausa caffè

11:30-13:00 Riconoscere e modificare i pattern di respirazione e di postura disfunzionali. Esercitazioni pratiche e discussione di casi tratti dall’esperienza dei partecipanti.

13:00-14:00 Pausa pranzo

14:00-16:00 Gestione dello Stress: mindfulness e training HRV della variabilità della frequenza cardiaca a confronto

16:00-16:15 Pausa caffè

16:15-18.00 Esercitazioni esperienziali

**Domenica 21 Marzo**

09:00-11:00 La prospettiva olistica: come motivare al cambiamento dello stile di vita per una riduzione della sintomatologia e la promozione di benefici di lunga durata.

11:00-11:30 Pausa caffè

11:30-13:00 Esercitazioni esperienziali

13:00-14:00 Pausa pranzo

14:00-16:00 Integrazione del biofeedback con tecniche cognitive e di immaginazione: esercitazioni esperienziali

16:00-16:45Stimolare il potenziale di autoguarigione nella patologia oncologica

16:45-17.15. Compilazione questionario per l’esame di certificazione BFE Biofeedback Federation of Europe Livello 1