

Mal di Testa: come alleviarlo

Musicoterapia e Psicoterapia per la cefalea in età adolescenziale



Proponiamo un trattamento non farmacologico.

La musicoterapia supportata dalla psicoterapia ha l'obiettivo di migliorare la qualità della vita, aumentare il benessere, distrarre da sintomi spiacevoli, ridurre l'ansia e gli attacchi di panico, migliorare l'umore, rafforzare il senso di rilassamento e ridurre lo stress, tutti aspetti che risultano incrementare la predisposizione al disturbo.

Il ciclo di trattamento prevede dieci sedute della durata di un'ora ciascuna, a cadenza settimanale, con orario da concordare. La prima e l'ultima seduta saranno individuali, gli otto incontri di trattamento sono di gruppo (minimo 4 massimo 7 partecipanti) e saranno tutti gestiti in co-conduzione dalla terapeuta e dalla musicoterapista. E' previsto un colloquio preliminare di raccolta anamnestica con i genitori.

Laura Zunino – Psicoterapeuta
Sabrina Borlengo - Musicoterapista

**Per informazioni e prenotazioni
Sabrina Borlengo 333 6502734
Laura Zunino 347 0887712**



Sede degli incontri Centro l'Aquilone s.r.l. - Via Rossini, 14 - Alba