

MUSICOTERAPIA E PSICOTERAPIA PER LA CEFALEA



Un percorso di gruppo come supporto per la **terapia non farmacologica** nei disturbi da cefalea. La musicoterapia affiancata al lavoro psicoterapeutico puo' essere una strategia di sollievo e cura per chi soffre di «mal di testa», con l'obiettivo di ridurre l'ansia e i sintomi del dolore, per migliorare la qualità della vita, lo stato emotivo e approfondire le cause di stress che risultano incrementare la predisposizione al disturbo.

«SUONI E NOTE PER STARE BENE»

Il ciclo di trattamento prevede undici sedute di 1 ora e trenta a cadenza settimanale in fascia oraria concordata con il gruppo di lavoro.

1 incontro individuale

8 incontri di gruppo

1 incontro conclusivo individuale

Il percorso è co-condotto dalla psicoterapeuta e dalla musicoterapista

INFO : Centro l'Aquilone - Alba mail: aquilonealba@gmail.com segreteria lun. e gio. 14,00-19,00

