



# EMOZIONI A TAVOLA

**Fare pace con il cibo per ritrovare il proprio equilibrio alimentare**

## ***Fame emotiva...***

***...quella voglia di mangiare, di riempirsi non perché si è affamati ma in risposta a uno stato emotivo***

***(tristezza, rabbia, noia)***

### **Studio di psicologia** **Artemisia**

Con l'aiuto di  
psicologhe professioniste  
imparerai a controllare  
la fame nervosa

***Ti è mai capitato di  
svuotare, quasi senza  
accorgertene, un intero  
pacchetto di biscotti o una  
vaschetta di gelato ?***

**Adesso puoi affrontarla  
insieme a noi!**

### **LA NOSTRA PROPOSTA**

- ◆ un colloquio individuale preliminare
- ◆ 8 incontri di gruppo

**Il costo è di 160.00€**

## PERCHE' UN GRUPPO?

- Per trovare l'aiuto di un professionista per arrivare alla radice del problema
- Per sentirsi capiti, perché nel gruppo trovi persone che vivono la tua stessa esperienza
- Perché è un percorso breve e riduci la spesa
- Perché ti arricchisci nelle relazioni
- Per imparare nuove strategie di gestione del problema



### **STUDIO DI PSICOLOGIA ARTEMISIA**

**Via Pozzo, 30 - Trento**

**3465317317 oppure 3272021784**

**[margherita.cadoni@gmail.com](mailto:margherita.cadoni@gmail.com) [rosalba.valenza@gmail.com](mailto:rosalba.valenza@gmail.com)**

Non si può pensare bene,  
né amare bene, se non si è  
pranzato bene  
(*Virginia Woolf*)