



THE GRINBERG METHOD®

Paola Dalmasso – Trainer autorizzata e operatrice diplomata del Metodo Grinberg  
Studio Professionale per il Metodo Grinberg, Corso Quintino Sella 20 – Torino - Italia  
E-mail [paola@metodogrinbergtorino.it](mailto:paola@metodogrinbergtorino.it) Tel +39 011 081 35 97  
[www.MetodoGrinbergTorino.it](http://www.MetodoGrinbergTorino.it) [www.GrinbergMethod.com](http://www.GrinbergMethod.com)

---

# SERATA CLIENTI

Condotta da Paola Dalmasso

trainer autorizzata e operatrice diplomata

Mercoledì 17 marzo dalle ore 19,30 alle ore 21

Centro Operatori Metodo Grinberg, via Rosmini 1 - Torino

## “REAZIONE STOP!”

Nel corso della nostra vita abbiamo imparato a reagire alle diverse situazioni in modo ripetitivo. Manifestiamo queste risposte in modo automatico con tutto il nostro modo di essere: con il passare del tempo il ripetersi di queste abitudini può portare al verificarsi di problemi digestivi, affaticamento, dolore lombare, può anche tradursi in umori ricorrenti come nervosismo, impazienza, ansia, tendenza ad arrabbiarsi facilmente ...

Modificare queste attitudini non è facile, perché non le consideriamo come il risultato di un comportamento appreso, ma diciamo semplicemente “Io sono fatto così”, e, a meno che il malessere si acuisca, impariamo a convivere consentendo a questa reazione di limitarci ulteriormente.

Attraverso le sedute individuali del Metodo Grinberg, il cliente impara a scoprire come queste abitudini si manifestano, come le crea, e può poi “disimpararle”.

Il risultato finale sarà di riuscire a fermare quel comportamento abituale nella vita quotidiana, guadagnando energia da utilizzare per le nostre qualità.

Vi chiediamo di confermare la vostra presenza allo + 39 011 699 85 88

### Per info:

Sabrina Giraud, Operatrice del Metodo Grinberg livello II  
[sabrinagiraud2009@libero.it](mailto:sabrinagiraud2009@libero.it) + 39 348 5139815

Paola Fili, Operatrice del Metodo Grinberg livello II  
[paola.fili@yahoo.it](mailto:paola.fili@yahoo.it) + 39 338 9735995

Incontro gratuito di 1h 30min, riservato ai clienti che seguono un processo di apprendimento con il Metodo Grinberg, dedicato ad offrire un'esperienza e una visione più ampia su alcuni soggetti che vengono affrontati durante le sedute.

Include brevi spiegazioni, dimostrazioni di lavoro ed esercizi. I clienti hanno lo spazio per esporre difficoltà o porre domande per aumentare l'efficacia delle sedute.