

Sono Cristina Marchioni, tecnico della riabilitazione psichiatrica ed operatore di training autogeno inferiore. Mi occupo sia di età adulta, sia di età evolutiva. Offro consulenze e progetti individualizzati alle famiglie anche in collaborazione con la D.ssa Mellino. In particolare, in questo momento storico legato alla pandemia, ritengo utile l'accesso a percorsi di training autogeno (per bambini e per adulti). Attraverso i suoi effetti benefici, l'acquisizione della tecnica può rappresentare un valido supporto nella gestione dello stress e di altri molteplici aspetti.