

SCRIVI. RESPIRA. RINASCI.

30 giugno e 08 settembre

Presentazione del corso



Quando il respiro incontra le parole, la nostra storia guarisce.
Tra silenzio e parola un'esperienza di yoga, meditazione e scrittura
terapeutica, uno spazio dove rallentare, respirare e dare voce a ciò che senti.

20:00 -21:00

Centro Psicologia Gessate
Via Badia,84 Gessate

psicologiagessate@gmail.com

A cura di
Michela Zanei
e Sara Romano

