

SCRIVI. RESPIRA. RINASCI.

Presentazione del corso: 08 settembre ore 20:00 - 21:00



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.

Date del corso:

26 settembre; 3 e 24 ottobre; 14 e 28 novembre - ore 9:30 - 13:30

50€ singolo incontro, 200€ intero percorso; 10€ quota associativa

A cura di
Michela Zanei
e Sara Romano

Centro Psicologia Gessate
Via Badia, 74 Gessate

Info e Iscrizioni: psicologiagessate@gmail.com

