FESTA LAPPONE

Miti, leggende e canti dall'estremo nord

Alla scoperta della spiritualità di un popolo nomade che, nella neve e guidati dalla luna, le stelle e le aurore boreali trovano il cammino nel buio dell'inverno

VENERDI 16 MARZO

ORE **20:** Cena con specialità vegetariane
ORE **21:** Inizio Festa!

YOGA e RESPIRO

Profondi e semplici esercizi di respirazione, accompagnati dalle asana, aiutano a ritrovare equilibrio e benessere psicofisico

con Antonio Russo
insegnante di yoga e meditazione

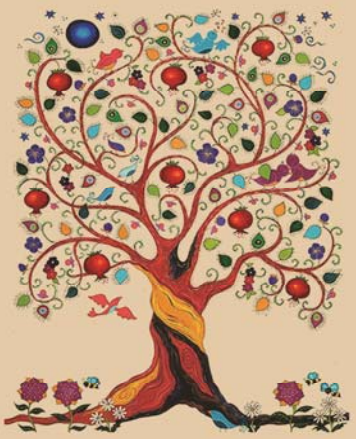
SABATO 24 MARZO

dalle ore 15 alle ore 19

è richiesta la prenotazione

Centro "Devadatta" - via S.Carlo 147/153 Livorno

I RICOSTRUTTORI *tuttovita*



www.iricostruttori.org
349.8403695 / 335.5620830
livorno@iricostruttori.org

VIVERE FELICI

Conferenze a Ingresso Libero - ORE 21

GIOVEDI 15 FEBBRAIO

Ci possiamo allenare ad essere felici?

con Fabio Zorzi
Formatore CEB (mindfullness ed equilibrio emotivo)

GIOVEDI 22 FEBBRAIO

La consapevolezza della morte per vivere in pienezza

con Barbara Carrai
Counselor e Tanatologa

L'EQUILIBRIO EMOTIVO:
LA VIA MAESTRA ALLA FELICITÀ!

Seminario Esperienziale

SABATO 3 MARZO
dalle ore 15 alle ore 19

DOMENICA 4 MARZO
dalle ore 10 alle ore 13

Antiche tecniche, supportate da recenti studi scientifici, ci indicano la strada per conquistare un'autentica felicità

con Fabio Zorzi
Formatore CEB (mindfullness ed equilibrio emotivo)

A numero chiuso. È richiesta la prenotazione