

ATTIVITA'

Il Corpo e il Respiro come strumenti di interiorizzazione

a cura di Alberto Stipo Insegnante di Yoga e Meditazione
Controllo della respirazione e rilassamento per conoscere il proprio corpo

DOMENICA 24 Febbraio e DOMENICA 31 Marzo

dalle ore 10 alle 12.30 e dalle 15 alle 17.30
(l'incontro prevede una parte teorica e una pratica è RACCOMANDATO abbigliamento comodo e tappetino per le posizioni supine)

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA (max 20 persone)
possibilità di pranzare in sede

LABORATORIO DI MOSAICO

TUTTI I SABATI POMERIGGIO

dalle ore 15 alle 17.30

PARTECIPAZIONE LIBERA

INFO 3488138421 -3477070185

EVENTO

Collaborare con l'inevitabile Dialogo sulla morte e il morire - Conferenza Dibattito

partecipano Dott.ssa Silvia Donati (psicoterapeuta) e Vittorio Lo Valvo d.R.
moderatore Giorgio Foglia d.R.

SABATO 16 Marzo ore 16

INGRESSO LIBERO

Tutte le attività e i laboratori si tengono presso "I Ricostruttori" di Castellamonte fraz. San Giovanni, via Parella 63

CONFERENZE

IL VALORE DEL SILENZIO

Benefici e suggestioni
a cura di Massimiliano Collodi d.R.

GIOVEDI' 28 Febbraio ore 21

INGRESSO LIBERO

Trovare una via interiore nella vita quotidiana

La meditazione come via verso il Sè
a cura di Angelo Ligorio d.R.

GIOVEDI' 7 Marzo ore 21

INGRESSO LIBERO