

I LUNEDI' SERA DEDICATI ALLA CURA DI SE'

“L'ARTE DI VIVERE CONSAPEVOLMENTE”

Tecniche di meditazione e Counseling per favorire il benessere e la crescita personale grazie ad una maggiore consapevolezza .

1° incontro Lunedì 15 Gennaio 2018 ore 18.30 - 20.30



“LA VITA A COLORI”

Diamo forma al nostro futuro utilizzando le nostre capacità creative per svelare gli aspetti di noi che ci rendono unici ed irripetibili !

1° incontro Lunedì 19 Febbraio 2018 ore 18.30 - 20.30

LABORATORI ESPRESSIVI E DI ART COUNSELING

“UNA FINESTRA SU DI ME”

Ci sono aspetti di noi che non conosciamo, che celano risorse preziose da scoprire e utilizzare per arricchire la nostra vita !

Domenica 28 Gennaio 2018 ore 15.00 - 18.30



“IL RISVEGLIO DELLA VOCE”

Un'occasione per conoscersi e connettersi con gli altri attraverso lo strumento naturale che è la nostra voce.

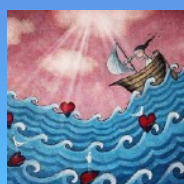
Sabato 3 Febbraio 2018 ore 9.00 - 13.00

LABORATORI PER ATTIVARE GRUPPI EFFICACI

“PROCESSI CREATIVI”

Nei momenti di crisi e di cambiamento abbiamo bisogno di tutta la creatività del gruppo: scopriamo metodi e abilità che la favoriscono.

Domenica 11 Febbraio 2018 ore 14.30 - 19.30



“SUPERARE I MOMENTI DIFFICILI”

Come facilitare il gruppo nei momenti difficili per riprendere il “viaggio” con rinnovata speranza, fiducia ed energia !

Domenica 11 Marzo 2018 ore 14.30 - 19.30

PER INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI:

Web: www.alberodellavita.bo.it Tel: 339.4546813 (Silvia)