

con il sostegno della



e la collaborazione di



“Tutto riposa dentro di te e quando la quiete non dà più risposte lì tutto inizia. Solo l'amore vede oltre il silenzio”
Jacopo

Progetto DAKKA

Laboratorio Dakkina:

“Ritroviamo l'armonia tra mente e corpo attraverso il Training Autogeno”

Ogni sessione si svolgerà in 7 incontri

prima edizione
nelle date

10-17 e **24** Novembre
15 e **22** Dicembre
13 e **20** Gennaio

dalle ore 16:00 alle 17:00

nei locali messi a disposizione da
AUSER
Insieme di Gallarate
Via del Popolo 3

Il laboratorio è finalizzato a insegnare ai partecipanti a rilassarsi attraverso gli esercizi del Training Autogeno per migliorare la propria autoconsapevolezza e ritrovare l'armonia tra mente e corpo

Conduttori:
psicologhe e psicoterapeute
Raffaella Berto e **Simona Milani**

Laboratori aperti a tutti e organizzati a gruppi di 10 partecipanti ciascuno

Offerta libera

Per iscrizioni:

Teresa Brovelli - alirrosse.jacopolaudi@gmail.com
Cel. +39 340 9628382

ASSOCIAZIONE JACOPO LAUDI ALI ROSSE O.N.L.U.S.

Via Palestro, 1 - 21013 Gallarate (VA)

Iscrizione Registro regionale delle Organizzazioni di Volontariato - N° VA - 364 Sezione Sociale (A) - Codice Fiscale 91060710125

Per donazioni: Cod. IBAN IT390 06230 50240 000043214958 - Cod. B.I.C. CRPPIT2P210

Teresa Brovelli - Presidente Associazione - Cel. +39 340 9628382 - e-mail: teresa.brov@libero.it

www.associazionejacopolaudi.it