LE RADICI DEL MIO CAMMINO

SANIAMO LE FERITE DEL PASSATO PER INIZIARE A VIVERE IL PRESENTE

Il seminario offre la possibilità di ripercorrere la propria storia personale, prendendo consapevolezza di come le ferite del passato continuano ad agire nelle nostre vite, condizionando la percezione che abbiamo di noi e l'andamento delle nostre relazioni.

All'interno di un campo sicuro, pronto ad accogliere e contenere tutto ciò che emerge a livello emotivo, sarai condotto in un viaggio esperienziale in cui si alterneremo tecniche di riconnessione psico-corporea, pratiche di mindfulness e di visualizzazione guidata, esercizi a coppie e brevi riflessioni teoriche.

Prezzo:

Standard: 50€
Ridotto studenti. 35€

DOMENICA 9 MARZO

DALLE 9.30 ALLE 13.00

Spazio Mui, Via Sabotino 2, Roma

Dott.ssa Marina Russo, psicologa psicoterapeuta, istruttrice yoga e protocolli mindfulness

Contatti:
+39 3393314377
+39 3453515519

Dott.ssa Giulia Galasso, psicologa, istruttrice yoga, movimento consapevole