

Il gruppo MI-TO TrasformAzioni
Presenta

“MEDITAZIONE PRE-NATALIZIA”



Stare in contatto con se stessi nel “Qui e ora”...
In questo momento e in questo luogo ...
ascoltare il corpo e le sensazioni e i pensieri
che passano ...
Respirare in modo indipendente ...
Abitare il proprio spazio e abitare la distanza
Dalle corse frenetiche che precedono le feste natalizie ...

LUNEDI' 13 DICEMBRE 2010

ORE 21.00

VIA PO 52

COSTO:12 EURO

E' GRADITA LA CONFERMA ALLA PARTECIPAZIONE

**Un'occasione per sperimentare e condividere in gruppo
emozioni, fantasie e pensieri alla scoperta dei differenti,
creativi e personali modi di vivere il Natale**