



CASA DI QUARTIERE

Governo Provvisorio



Connessioni, diversità, somiglianze.

CORSO DI ECOPSICOLOGIA

Sfumature e armonie. I mille colori dell'essere umano.

IL CONTATTO CON LA NATURA CI FA BENE E CI NUTRE!

La natura ci permette di ritrovare il nostro equilibrio psicofisico, aiutandoci a migliorare la qualità della vita grazie agli innumerevoli stimoli sensoriali che possiamo ricevere. Ci aiuta a reagire allo stress, a ridurre emozioni come la rabbia, l'ansia, l'aggressività e a rafforzare le emozioni positive restituendoci maggiore serenità e calma, rendendoci più socievoli, generosi e aperti verso noi stessi e gli altri esseri umani.

OCCORRENTE

- Materiale per scrivere e prendere appunti.
- Tappetino, telo o asciugamano.

Il corso è a pagamento. Costo dei tre mesi per partecipante: 90 Euro.

Per informazioni:

Grazia Fortuzzi - tel. 3398525539

CONTATTO CON LA NATURA

Esplorazioni nella natura, attività esperienziali e possibili passeggiate per entrare in contatto con le somiglianze e le diversità presenti dentro di noi.



ISCRIZIONI:

Inquadra il QR-Code o compila il form da pc o da smartphone che trovi alla pagina:
<https://forms.office.com/e/JeVddXXIYi>



ORARI:

Martedì, dalle 11:00 alle 12:00,
Cascina Turro - P.le Governo provvisorio, 9.

DURATA DEL CORSO:

dal 24 marzo fino al 23 giugno 2026.
Max. 8 partecipanti.