

Sei pronto a COSTRUIRE la tua CALMA?

Scopri come individuare le
fonti del tuo stress e
affrontarle con creatività e
benessere!

WORKSHOP con LEGO® SERIOUS PLAY® e SHIATSU

Durante il workshop esploreremo insieme le principali **fonti** del tuo **stress**, utilizzando il metodo LEGO® Serious Play® e individueremo **soluzioni concrete** e applicabili alla vita quotidiana grazie alla pratica dello SHIATSU.

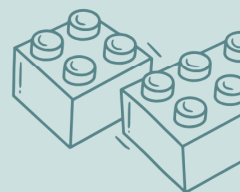
BENEFICI

- Aumentare la **consapevolezza di sé**
- Favorire la **creatività**
- Esprimere le tue **emozioni**
- **Riequilibrare** il tuo corpo
- Migliorare la capacità di **gestire lo stress**



Daniela Dimallio
Operatrice Professionista
Shiatsu, Moxa e Taping

Paola Giudici
Facilitatrice Certificata
LEGO® Serious Play®



Sabato 16 novembre | 14.30-18.30
via T. Grossi, 18 - COMO

Prenota il tuo posto e inizia a costruire la tua CALMA!
per info e prenotazioni: +39 328 7444748