

Percorso di

Bio-psicologia

Mente, corpo ed energia.

"bios (vita); psico (mente, anima, spirito; olos (tutto, insieme totale)"

Un percorso per esplorare il proprio Sè e farne esperienza per il proprio ben-essere.

" non muovere mai l'anima senza il corpo, né il corpo senza l'anima, affinché difendendosi l'uno con l'altra, queste due parti mantengano il loro equilibrio e la loro salute." Platone

IL PERCORSO :

- 1 Riflessologia plantare
- 4 incontri di gruppo



Tisana di benvenuto

Esercizi di: meditazione, respirazione, visualizzazione guidata;

Tematiche psicologiche: dialogo e condivisione

Dott.ssa Stefania Martina
(psicologa e psicoterapeuta)

Dott.ssa Eleonora Belardi
(Biologa, riflessologa, insegnante
di yoga e meditazione)

Incontri di gruppo bisettimanali
in presenza:

Mercoledì 11 e 25 ottobre
8 e 22 novembre

Orario 18,00 – 19,30

185 €

Via Monasterace, 88 Roma-Morena

Info e pren. 3281630660