

# RESPIRA ASCOLTA OSSERVA

Un percorso esperienziale alla scoperta del benessere



Giovedì 9 Novembre  
Ore 20.45

**RESPIRA**

Raggiungere uno stato di calma attraverso  
differenti tecniche di rilassamento.

Giovedì 16 Novembre  
Ore 20.45

**ASCOLTA**

Non raccontiamo ciò che proviamo, lo facciamo  
succedere. Un'occasione per vivere le nostre  
emozioni.

Giovedì 23 Novembre  
Ore 20.45

**OSSERVA**

Un'esperienza antropologica per allenare le  
nostre percezioni e scoprire nuove sensazioni.

Condurranno gli incontri Dott.ssa Silvia Granuzzo e Dott.ssa Barbara Vischio,  
esperte del benessere e delle relazioni.

Il costo per la partecipazione al percorso è di **50 euro**.

Gli incontri si svolgeranno presso la sede Tra il Cielo e La Terra,  
in Viale Postumia 20, Villafranca di Verona.

**Iscrizioni entro il 3 Novembre.**  
**Il percorso partirà con un minimo di 6 iscritti.**

Per informazioni ed iscrizioni:

Due Volti – Studio di Psicologia  
320 8037115  
info@psicologiaduevolti.it

Lisa – ASD Tra il Cielo e la Terra  
328 0131469  
info@trailcieloelaterra.it