



## COMUNE DI VARISELLA BIBLIOTECA C.le

(Provincia di Torino Via Don Giocondo Cabodi n° 4, 10070 VARISELLA - Tel. 011/92.49.375 Fax. 011/92.49.308  
e-mail: info@comunevarisella.to.it  
C.F. 83002070015 - P.I. 01399790011

# BENESSERE PSICOFISICO & ARMONIA NELLE RELAZIONI



## CICLO DI SEMINARI PER IMPARARE A VIVERE MEGLIO

**7 APRILE 2018 *Psicosintesi per l'Armonia della Vita***: *counseling e life coaching per superare i nostri blocchi, raggiungere i nostri obiettivi e migliorare i nostri equilibri personali e relazionali \**

**21 APRILE 2018 *Conosci, possiedi e trasforma te stesso***: *l'alchimia interiore \*\**

**5 MAGGIO 2018 *Imparare a dire NO per dar valore ai nostri SI'***: *la comunicazione assertiva, la forza della gentilezza e l'autostima \**

**19 MAGGIO 2018 *Emotiva-mente***: *conoscere ed esprimere le nostre emozioni per costruire migliori relazioni con noi stessi e gli altri \* \* \*\**

**23 GIUGNO 2018** (ore 16e30, sede da definire) ***Stage di Yoga e Mindfulness in natura \****

A cura di

\* dott. Ivan Bono, Dottore in Scienze Psicologiche, Psicosintetista, Counselor

\*\* dott.ssa Elena Bono, Psicosintetista, Counselor, scrittrice

Presso il Salone Comunale via Cabodi 4 - Varisella (TO) ore 15,30-17,30

E' richiesto un contributo di 5 euro per i primi tre seminari, 10 euro per i seminari del 19/5 e 23/6

Info e prenotazioni: 346-6946550 (Tiziana) - 339-8288254 (Maria Pia) - 338-5778208 (Gabiella)