

BEN - ESSERE

**Un'esperienza immersiva tra natura,
arte e ascolto profondo**

nella Giornata Nazionale dell'Educazione Emozionale

Un' educazione efficace ha bisogno di adulti consapevoli.
Per essere adulti consapevoli servono volontà e strumenti
per la cura di sé.
Inizia a prenderti cura di te...



Abbigliamento comodo,
una borraccia d'acqua,
un tappetino o telo da
stendere sull'erba



Aperto a tutti



Punto di ritrovo Baita Alpina
Valmorel - Via Valpiana, 63,
32020 Limana BL



**Sabato 26 settembre
dalle ore 9.00 alle ore
13.00**

*iscriviti subito, i posti sono limitati
Prenota ora gratuitamente:*



344 3473701 - 347 1741633



guadagnare.salute@aulss1.veneto.it

LE ATTIVITA'



CONNETTERSI ALLA NATURA

A cura di Silvia Flesia

Un cammino nella natura tra parole, letture e ascolto, per rallentare, immergersi e ritrovare il proprio sentire.



ARMONIE DELL'ANIMA TRA SUONO E PRESENZA

A cura di Andrea Carbone e Marta Graziani

Un momento dedicato all'ascolto di sé, guidato dal respiro, dal silenzio e dalle vibrazioni dell'handpan. Un invito a fermarsi, abitare il momento presente e lasciare spazio alla consapevolezza, in un'atmosfera di ascolto e armonia.



LAND ART - EMOZIONI IN NATURA

A cura di Laura Canova

Un momento pensato per esplorare e riconoscere le proprie emozioni attraverso il contatto con la natura. Foglie, rami, pietre, terra e altri elementi naturali diventano strumenti espressivi con cui creare opere temporanee capaci di rappresentare stati d'animo, ricordi e vissuti interiori.



LA STRADA PER IL FUORI ATTRAVERSA IL DENTRO

A cura di Barbara Pansa

Un percorso di arte per incontrare le proprie emozioni. Emozioni che non chiedono parole, ma uno spazio per poter emergere. Un colore, un gesto, una forma, un segno, possono raccontare ciò che ancora non sappiamo dire. Lasciamo andare il controllo. Creiamo. Accogliamo l'imperfezione.



DANZA PARTECIPATIVA

A cura di Costanza De Bona e Gruppo Korarte

Attraverso la celebrazione vitale del linguaggio e del movimento corporeo, si rievoca la forza e la rinascita della natura. L'opera si propone di esplorare il legame profondo tra l'essere umano e l'ecosistema naturale.



METTERSI... IN GIOIA!

A cura di Loris Della Colletta

Ritornare a giocare è possibile anche da adulti. Il laboratorio della gioia è lo spazio ideale per togliere la maschera di tutti i giorni, liberare l'immaginazione e ritrovare la naturale spontaneità, senza giudizio.



CONDIVISIONE E RESTITUZIONE

A cura di Elisa Fontana

Spazio conclusivo per condividere le proprie emozioni e restituire il sentito.



Prenota ora gratuitamente:



344 3473701 - 347 1741633



guadagnare.salute@aulss1.veneto.it