

MEA STUDIO

BENESSERE

PERCORSO TRA PSICHE E SOMA

Un percorso di ascolto e consapevolezza corporea con focus sulla percezione delle ghiandole endocrine, anello di congiunzione tra Psiche e Soma, seguendo un'idea di Salute che abbracci ogni aspetto di sé, dal corpo alle emozioni.

Approfondiremo ognuna delle sette ghiandole endocrine, al fine di conoscerne le specifiche funzioni e i relativi blocchi a livello emozionale ed energetico e, con l'ausilio di diverse tecniche (anatomia esperienziale, visualizzazione creativa (meditazioni guidate), terapie energetiche, floriterapia, aromaterapia), agiremo in direzione di un riequilibrio delle stesse.

Il percorso si sviluppa in 7 appuntamenti mensili così tematizzati:

- Surreni: radicamento ed energia – 17 Ottobre;
- Gonadi: sessualità, emozioni e creatività – 7 Novembre;
- Pancreas: espansività, azione, volontà e piacere – 12 Dicembre;
- Timo: amore, compassione, apertura del cuore – 22 Gennaio;
- Tiroide: comunicazione, apertura, ascolto – 19 Febbraio;
- Ipofisi: intuizione, immaginazione, lungimiranza – 26 Marzo;
- Epifisi: consapevolezza pura – 17 Aprile.

Le professioniste che condurranno gli appuntamenti sono:

Alessandra Sana – Consulente attività Bio-Naturali;

Chiara Noris – Docente di Anatomia Esperienziale.

Gli appuntamenti si svolgeranno dalle **10:00** alle **12:00 circa**.

Il primo appuntamento è previsto per sabato 17 Ottobre, le date degli appuntamenti successivi potrebbero subire variazioni che verranno, nel caso, per tempo comunicate.

Il costo di ogni singolo appuntamento è di **30€**, per chi invece volesse iscriversi al percorso completo il costo è di **180€**.

Per ulteriori informazioni e/o iscrizioni compilare il form o scrivere a info@mea-studio.it.

L'iscrizione si considererà avvenuta SOLO a saldo effettuato.

In rispetto alle misure di tutela della salute, per la partecipazione alle lezioni, è prevista **OBBLIGATORIAMENTE** la **PRENOTAZIONE**.

NOTA BENE: Essendo percorsi specifici e con la possibilità di partecipare anche solo a singoli workshop NON sono previste lezioni di prova.