

OASI SALOTTO DELL'ESSERE

Antonio Stievano
volontario Croce Rossa Italiana
esperto di mindfulness



Cinzia Priuli
counselor



**Cinzia Priuli
Antonio Stievano
COUNSELING MINDFULNESS
Al sabato ore 15.00 – 17.00
Lo Specchio
Via del Futurismo 6 Milano**



OASI

SALOTTO DELL'ESSERE

Cinzia Priuli

Antonio Stievano

COUNSELING MINDFULNESS

Al sabato ore 15.00 – 17.00

Lo Specchio

Via del Futurismo 6 Milano

BE HAPPY **Sabato 23 Ottobre ore 15**

Un sorriso al giorno. Una cosa alla volta. La vita è facile.

BALLA CON LA VITA **Sabato 27 Novembre ore 15**

Inspirare ed espirare, riempire e svuotare,
aprire e chiudere, espandere e contrarre:
il ritmo del cuore, del respiro, della Vita.
Balla con lei!

FARE DELLO STESSO IL NUOVO **Sabato 26 Febbraio
ore 15**

Cosa c'è di nuovo oggi? Tutto!

Sembra tutto sempre uguale eppure puoi viverlo sempre
diversamente.

LA FINE È L'INIZIO **Sabato 26 Marzo ore 15**

Nel cerchio della vita ogni punto di fine è anche il punto di
inizio

Ci sono quindi tempeste che non distruggono,
ma puliscono il cammino da cui riiniziare.

Un nuovo inizio è sempre possibile, anche oggi, anche subito,
Adesso!