



YOGA

PER GENITORI CON FIGLIE E FIGLI ADOLESCENTI

IL PERCORSO È RIVOLTO
ESCLUSIVAMENTE AI GENITORI

I genitori di adolescenti
spesso si ritrovano a dire frasi come:
"Mia figlia ora non la riconosco più"
"Mi sembra di avere in casa un extraterrestre"
*"Non gli va bene mai nulla
e noi non sappiamo che pesci prendere"*
"E' un eterno braccio di ferro".

Lo yoga
oltre ad essere
un'esperienza corporea,
è respirazione,
concentrazione,
introspezione.
Attraverso queste dimensioni,
i genitori potranno riflettere
sulle maggiori sfide educative
che l'adolescenza richiede
e che riguardano,
in particolar modo,
la ricerca di un equilibrio tra:
libertà / limiti,
fiducia / controllo,
dialogo / litigi
vicinanza / distanza.



Giovedì
24 settembre
1, 8, 15 ottobre
2020
ore 18 - 19.30
Sala Conferenze ASP
Via Libertà, 823 - Vignola

Il percorso è gratuito.
Si accolgono le prime **9 iscrizioni**
entro martedì 22 settembre.

Per info e iscrizioni:
tel. 059 77 76 12
centrofamiglie@terredicastelli.mo.it

Centro per le Famiglie
Unione Terre di Castelli
Via G. Agnini, 367 - Vignola

*Indossare abiti
comodi.
Portare tappetino,
cuscino, plaid e
mascherina.*

La conduzione è a cura di
Sonia d'Angelo e Ornella Di Pietro
[allieve di Beatrice Benfenati dell'Associazione A.S.I.A.]