

# UN VIAGGIO INTERGALATTICO FUORI E DENTRO DI NOI

## Yoga Educativo per famiglie



*Si vuole offrire a genitori e figli un'occasione per guardare dentro a se stessi e alla loro relazione, un momento condiviso di gioco e di rilassamento, una pausa dalla frenetica quotidianità.*

**sabato 9 luglio 2022**

n. 1 incontro

**genitore / bambino (4-6 anni)**

h 16:30 - 17:30

n. 1 incontro

**genitore / bambino (7-10 anni)**

h 18:00 - 19:00

**Ritrovo 15 minuti prima dell'inizio**

c/o

**Spazio Agliate Community**

Via Cavour, 43 - Agliate

insieme ci trasferiremo nel Parco

**Obiettivi:**

- *Condividere un'esperienza intima e giocosa, prendendosi una pausa dai molteplici stimoli esterni.*
- *Mettersi in relazione, sperimentando modalità di comunicazione alternative.*
- *Offrire l'opportunità di fermarsi a guardare dentro se stessi, cercando di scoprire e ritrovare i propri talenti.*
- *Offrire uno spazio protetto e non giudicante in cui ascoltarsi in profondità ed esprimere liberamente le emozioni.*

**Per informazioni e iscrizioni:**

**serebarz@gmail.com - 339 4376558 (Serena)**

**Numero max di famiglie partecipanti: 10 - Numero min: 4**

**Gli incontri saranno condotti da:**

**Serena Barzaghi, laureata in Scienze e Tecniche Psicologiche, Istruttrice Yoga Educativo**

In collaborazione con



Con il patrocinio del  
Comune di Carate B.za

