



**La 2° Circoscrizione
Il centro EFFE
presentano**



**5 incontri di tecniche abbinatae
training di rilassamento e pittura all'acquerello
sotto la guida di
Anna Maria Sartori e Roberta Facchin
socio della Banca del Tempo ORA x ORA
da giovedì 05 aprile dalle 16.45 alle 18.45
presso il salone della Casa Anziani a Parona in Largo Stazione Vecchia**

Con il Training di Rilassamento è possibile entrare in contatto con livelli di coscienza più profondi e accedere alla ricca produzione inconscia personale: si permette alla fantasia di legare insieme elementi diversi, di richiamare dal proprio inconscio risorse ed energie positive, che ognuno possiede e che spesso restano sconosciute, portandole ad esserne consapevoli.

Con l'acquerello si può entrare in contatto con uno stato di benessere che proviene dal gesto del dipingere, dalla concentrazione e dal rapporto col colore. In questa esperienza non è necessario dimostrare di avere talento, perché tutti, ma proprio tutti, siamo in grado di esprimerci tramite il colore o tramite immagini e ognuno ha il proprio individuale modo di esprimersi, non è necessario essere artisti per fare ciò.

Informazioni:

cell. Roberta 3347186152
email studioarte.sanfermo@gmail.com

cell. Anna Maria 3358014770
email annamaria.sartori@ordinepsicologiveneto.it