

Per informazioni e iscrizioni

rivolgersi a:

dott.ssa Valeria Lionello

cellulare 335.6090947

valeria@naturepath.it

dott.ssa Rosanna Menini

cellulare 320.0860626

rmenini@yahoo.it

dott.ssa Verena E. Gomiero

cellulare 328.2678803

info@drssagomiero.it

Associazione Durgananda Asd

Un'oasi di pace e serenità ad un passo dal centro a cui è collegata anche da una gradevole pista ciclabile. Nelle vicinanze l'accesso alle tangenziali rende la sede dell'Associazione Durgananda asd comodissima ad ogni zona della città. E non ci sono assolutamente problemi di parcheggio !!!

Dal centro siamo facilmente raggiungibili anche con la linea autobus 22.

Via Eraclea n. 12 –Zona Mandria,

35142 Padova.

www.durgananda.it

Seguici su



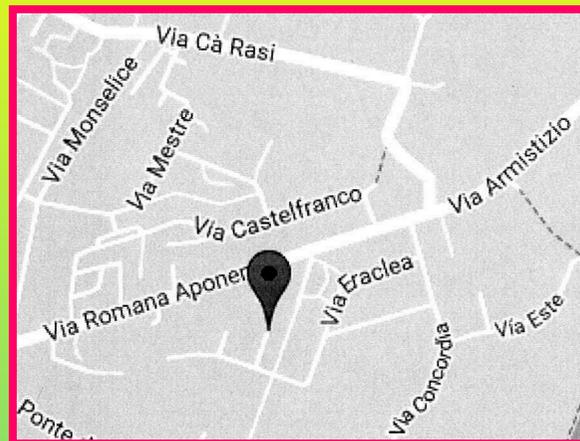
L'Associazione Durgananda Asd

Presenta

“... Aiuto Aiuto non so difendermi...”

“Come affrontare l'aggressività degli altri ...
e mia”

Laboratorio Esperienziale Teorico/Pratico



Laboratorio Esperienziale

Teorico / Pratico

Attraverso questi incontri

esperienziali desideriamo creare un momento di riflessione su cosa significa aggressività, come ci fa sentire il subirla dagli altri, come affrontiamo e manifestiamo la nostra. Sarà un'esperienza per affrontare insieme situazioni e momenti critici quando ci si relaziona con le persone, anche con l'aiuto dello "Yoga della tolleranza" (AHIMSA YOGA).

Aggressività

L'aggressività, a volte, ci porta a reagire alle situazioni in modo ostile in quanto le percepiamo come una minaccia.

C'è anche un'aggressività costruttiva che ci aiuta a competere, accettare il confronto, metterci in gioco, che ci fa crescere ed affrontare le sfide più o meno impegnative della vita di tutti i giorni.

Inizio Laboratorio

Previsti 3 incontri:

3 -19-31 Ottobre

dalle ore 20:45 alle ore 22:45

contributo partecipazione

(15 euro/serata)

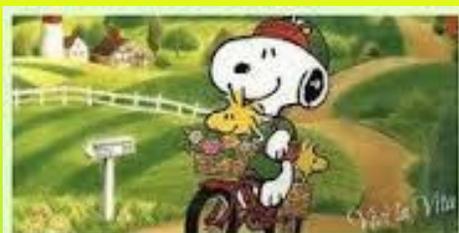
+

quota associativa per i non soci

(30 euro)

Possibilità di colloquio conoscitivo - informativo, per chi desidera, prima di iniziare gli incontri.

Si consiglia abbigliamento comodo.



**Non ho tempo di odiare
chi mi odia...
sono molto impegnato
ad amare chi mi ama.**

