

NATURA E BENESSERE

PROPOSTE ALTERNATIVE PER LIBERARSI CON LEGGEREZZA DALLO STRESS E RITROVARE PACE E ARMONIA!

Per i giovani, per i genitori, per i single, per le donne, per le coppie, per chi lavora e per chi è in attesa del lavoro, insomma ... per TUTTI!

Seminari e laboratori organizzati nella splendida cornice dell'**Agriturismo "La Roverella", Zola Predosa (BO)**.

Conduttrice: **Dott.ssa Fabiana Boccola**, Psicopedagogista, Counselor biosistemica, Omega Health Coach e Terapista Christallin (metodo Roy Martina). Alcuni incontri saranno condotti in collaborazione con altri esperti, accreditati SIAF.

LA NATURA DELLA SEDUZIONE



Il profumo dell'erba, il colore dei fiori, il suono del vento tra i rami...la Natura sa accogliere ed affascinare, dona emozioni e sensazioni, *insegna con delicatezza la profondità della Relazione con Se stessi e con le altre Persone*. Entrare in sintonia con la Natura, porta gioia ed equilibrio, le più potenti Energie Seduttive che attraggono per l'Armonia ed il Benessere che trasmettono.

Il percorso che proponiamo si articola in un weekend nella natura, durante il quale entreremo in armonia con la Natura e con Noi Stessi, *rilassando la nostra Mente Razionale e abbandonandoci alla Saggezza del Corpo*. Durante il giorno ci lasceremo *sedurre* da *colori, suoni, sapori e profumi* della Natura, riattivando l'energia dei nostri 5 sensi e alla sera scopriremo segreti e magie dell'Arte della Seduzione per cominciare ad attrarre persone e stati d'animo positivi.



IL MONDO NELLE NOSTRE MANI

La gestione delle emozioni e la riscoperta della "forza del femminile": ecco la Via per ri-avere il mondo nelle nostre mani e tornare ad essere in sintonia con se stesse e con gli altri.

Proponiamo un percorso esperienziale, rivolto a donne, per *imparare a decodificare il linguaggio delle emozioni*, comprenderne i messaggi e ritrovare equilibrio, *scoprire nuove risorse e strategie* per gestire la quotidianità personale e professionale. Giocheremo con gli Archetipi e le forze primordiali delle Dee all'interno di ogni donna, riscopriremo l'energia potente del corpo e impareremo a guidare la nostra mente, in armonia con la Vera Essenza dentro di noi. Musica, rilassamento e visualizzazioni guidate ci guideranno in questo viaggio di esplorazione di tutte le potenzialità femminili.

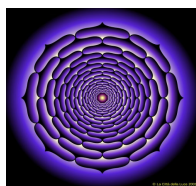
TECNICHE ANTI –STRESS PER GENITORI "SULL'ORLO DI UNA CRISI DI NERVI"



Essere genitori è il "mestiere" più complicato che esista, ma si può essere *genitore* con leggerezza e magia se *conosciamo noi stessi* e *vediamo la grandezza* nei nostri figli.

Il percorso che proponiamo consiste in una serie di incontri in cui rilassarsi, prendersi uno spazio di allentamento dalla tensione, imparare a leggere il linguaggio del corpo dei bambini e degli adolescenti, entrare in risonanza con le parole che ascoltiamo e che usiamo con loro, preparando così il terreno su cui far crescere una vera e profonda comunicazione.

Sperimenteremo anche alcune tecniche di *riequilibrio emozionale* e *gestione dell'ansia* per superare e risolvere le incomprensioni che possono innescarsi di fronte ai comportamenti dei propri figli....il tutto "condito" e "profumato" con una buona dose di leggerezza e Magia!



MEDITATE... GENTE...MEDITATE...

La natura ci protegge e ci guida in questo weekend di full immersion nella meditazione, nel ritrovare la pace della Mente e del Corpo e ascoltare la nostra Anima. Proponiamo un percorso di respirazione e rilassamento profondo che favorirà lo sviluppo di un "dialogo interiore delle parti" per la guarigione e il miglioramento di se stessi. Contatteremo il nostro Ego, la Coscienza del Corpo e la nostra Saggia Interiore per allinearci e sviluppare la nostra intuizione profonda, la vera Guida su cui fare affidamento in questo momento storico complesso e caotico.

Tramite la musica, il movimento, il disegno di mandala e innovative tecniche energetiche saremo in grado di utilizzare il nostro emisfero destro del cervello, in connessione wireless con l'Universo e la Matrice Divina dove risiedono tutte le memorie e le informazioni necessarie a raggiungere i nostri obiettivi. Come novelli sciamani sperimentaremo così uno stato alterato di coscienza che ci permetterà di contattare le forze archetipiche della Natura, il nostro Animale Totem e ri-trovare la nostra Via.

PER ULTERIORI INFORMAZIONI E PRE-ISCRIZIONI:

info@fabianaboccola.it; mob. 348-780.23.03

www.fabianaboccola.it