

PR VENETO FSE+ 2021 - 2027 - PRIORITA' 2. "ISTRUZIONE E FORMAZIONE" - DGR n. 685 del 05/06/2023
ORIENTATI - Interventi per lo sviluppo di servizi di orientamento ed educazione alla scelta - Approvato con DDR n. 1254/23 a valere
sul Programma Regionale FSE + 2021 - 2027 - Regione del Veneto - Codice Progetto: 3909-0001-685-2023 - Titolo "OrientarSi_23-26"
Intervento: 3909/10598292-390/1254/DEC/23

Oltre una mente sempre accesa

Pausa, ascolto e ri-orientamento personale

Workshop gratuito esperienziale di Yoga,
Movimento somatico e Pedagogia Clinica

Vivi con la mente sempre accesa, tra pensieri, stress e
responsabilità? Regalati **4 ore di pausa, ascolto e cura
personale per ritrovare presenza, centratura e
fiducia nelle tue risorse**

- A chi è rivolto: adulti, insegnanti, educatori e operatori. Un'occasione perfetta per decomprimere dopo l'anno scolastico.
- Cosa faremo: Movimento consapevole, tecniche di respirazione, mindfulness e momenti di riflessione non giudicante.
- Cosa porterai a casa: strumenti semplici per gestire ansia e stress nella quotidianità e ascoltare i segnali del tuo corpo.

**Riorientare noi stessi per essere un buon supporto
verso i nostri figli: quando stiamo meglio, possiamo
accompagnarli meglio nel loro cammino.**

Ci guideranno

Dott.ssa Paola Celeghin - Pedagogista Clinico®,
consulente familiare, scolastica e giuridica,
orientatrice.

Dott.ssa Ilenia Zanellato - Insegnante Yoga,
mindfulness e movimento somatico.

Venerdì 26 giugno

Ore: 16.00 / 20.00

Presso:
**Palestra della Scuola Secondaria
di Breganze, Via degli Alpini, 12**



Iscriviti inquadrando il QR-Code