



# STAGIONETERAPIA

BENESSERE E ARMONIA A RTMO DELLE STAGIONI

Ristabilire una relazione coi cicli della natura infonde un senso di appartenenza benefico, permette di mantenerci in salute e di riallacciare un dialogo salutare con noi stessi e l'ambiente"



Con questo ciclo di incontri ci caleremo nella bellezza e ricchezza del calendario - codice complesso di momenti rituali che sanciscono il nostro legame con Cielo e Terra - disvelando il significato



originario delle principali festività e i loro riti.



Ma soprattutto parleremo di benessere, cosa mettere a tavola (e cosa evitare), quali erbe officinali utilizzare e gli atteggiamenti mentali da coltivare per rafforzare il nostro

legame energetico con la Terra e con la Stagione.



Docente	<b>Daniela Migliorati</b>	
Programma lezioni	Bimensile (6 incontri)	
Giorno e orario	Martedì 16:30 – 17:30	
Date mensili	Novembre 02-30	Febbraio 01
	Marzo 01 - 29	Maggio 03

... 60 ...