



Counseling e Chakra

Percorso di conoscenza di sé a mediazione artistica

Tre incontri una volta al mese **dalle ore 10.00 alle ore 18.00**

E' possibile partecipare ad uno o due incontri.

Sabato 10 febbraio: primo e secondo chakra

Sabato 17 marzo: terzo e quarto chakra

Sabato 21 aprile: quinto e sesto chakra

Accedere al sistema dei *Chakra* consente di intraprendere un meraviglioso percorso di conoscenza delle proprie potenzialità e fragilità.

Attraverso l'esperienza congiunta tra counseling e chakra impareremo a riconoscere il modo in cui si muove l'energia della nostra vita e a prendere atto della nostra evoluzione: dallo stato fisico, alle scelte, ai sentimenti, alle convinzioni che la mente ha elaborato nel tempo.

Conoscere alcuni aspetti dei *Chakra* attiva la consapevolezza della crescita, dalla materia allo spirito, rinforza e conduce verso la gioia del cuore, aiutandoci a liberarci dai tanti impedimenti innalzati per difesa e sopravvivenza durante il corso della vita.

Creeremo connessioni attraverso mezzi artistici, come scrittura, disegno libero, uso del colore e immagini evocative, musica e movimento. La complicità dell'arte ci condurrà a una elaborazione mentale ricca di tutto ciò che siamo, integrando storie individuali e contributi teorici.

Non è necessario saper danzare, cantare, disegnare, scrivere, creare. Tutto è già in noi: ci disporremo per ricordarcelo.

Presso: Laboratorio Counseling Relazionale SPI.CO, REGIONE GONZOLE 4, Orbassano (TO)

Costo: 60 euro a incontro

Iscrizioni per il primo incontro entro il 31 gennaio con caparra di 30 euro

Iscrizioni per il primo incontro entro il 9 marzo con caparra di 30 euro

Iscrizioni per il primo incontro entro il 13 aprile con caparra di 30 euro

Modalità di pagamento: Contanti o Versamento su Conto Banca Sella

IBAN: IT16C03268223000CA010409393

Intestato a Alessandra Bortolami

L' incontro è condotti da:

Alessandra Bortolami

Professional Counselor a indirizzo psicosintetico, iscritta al registro Italiano dei Counselor di Assocounseling, ha successivamente conseguito un Master in Counseling Transpersonale. Ha inoltre ottenuto il diploma di counseling relazionale e terminato la Scuola di Psicoenergetica. Ha inoltre terminato un Master in Counseling a Mediazione Artistica. Svolge la sua attività di counselor in ambito privato, presso associazioni e scuole di counseling.

Per curriculum completo visita il sito: www.alessandrabortolami.it



Federica Gazzano

Praticante di yoga e meditazione dal 1978: insegna yoga, yoga del suono e meditazione dal 2000. Innamorata e studiosa del sistema dei chakra da venti anni. Body therapist dal 1990.

Fondatrice di Spazio Kailash, Arti per la Salute.

Professional Counselor a mediazione artistica accreditato presso la S.I.Co --- Società Italiana di Counseling, n.registro A1802 e completato un Master in Counseling a Mediazione Artistica. Svolge l'attività di counselor in ambito privato e in gruppo. Tiene corsi di formazione in vari ambiti. Per curriculum completo visita il sito: www.federicagazzano.it



Per partecipare o richiedere informazioni

Alessandra Bortolami alessandra_bortolami@yahoo.it. Cellulare: 338.508.96.89

Federica Gazzano gazzano.federica@gmail.com. Cellulare: 349.060.99.12