

Benessere e salute, tornano gli approfondimenti della Via di Casa

Pubblicato: Giovedì 22 Settembre 2016



La Via di Casa Cooperativa Sociale Onlus è lieta di proseguire gli incontri del lunedì aperti a tutti dedicati al concetto di benessere.

Ogni mese da Ottobre a Giugno, tre autorevoli divulgatori esperti in scienze educative, biologiche e mediche illustreranno a turno le più recenti scoperte circa la capacità dell'essere umano di recuperare benessere, salute e felicità. Si avrà modo d'esplorare e integrare conoscenze per l'esercizio di semplici pratiche quotidiane che permettano di conoscere se stessi, capire le ragioni degli altri e aprirsi al cambiamento guardando le cose da prospettive diverse, riportando così nuova linfa in noi e intorno a noi.

L'entrata alle conferenze è gratuita con possibilità di offerta libera e consapevole. **Il ricavato sarà devoluto al progetto Ellen's Angels de La Via di Casa** che promuove attività di sostegno sociale e riabilitazione affettivo-motoria e relazionale per i malati di cancro e i loro famigliari.

In programma

- 14 Novembre 2016 – Epigenetica: I pensieri e le sensazioni influenzano le nostre cellule
- 12 Dicembre 2016 – Alimentare adeguatamente corpo e mente: aspetti di nutrizione consapevole

- 13 Marzo 2016 – Come mantenere la mente in salute ed evitare il deterioramento cognitivo e altri disagi psichici
- 10 Ottobre 2016 – Le emozioni negative dei bambini e dei ragazzi (paura, rabbia, tristezza...): come affrontarle?
- 9 Gennaio 2017 – Vivere bene la scuola: sostenere le emozioni positive verso i compiti e l'impegno per lo studio
- 10 Aprile 2017 – Tra conflitti e sintonie: come cresce la relazione genitori-figli
- 13 Febbraio 2017 – Vata, Pitta e Kapha: capire i dosha per conoscersi meglio
- 15 Maggio 2017 – La salute secondo l'Ayurveda: differenze e affinità con la medicina occidentale
- 12 Giugno 2017 – L'errore dell'intelletto: la prima causa di malattia

Tutti gli incontri si svolgeranno dalle ore 21.00 alle 22.30 circa presso la sede della cooperativa La Via di Casa, Via Cascina Ciabattino, 3 a Vergiate (Va).

I posti sono limitati pertanto è obbligatoria la prenotazione al 3382287105 oppure info@laviadicasa.org

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it