

VareseNews

In viaggio verso la felicità con Varese Corsi: un laboratorio alla scoperta del benessere

Pubblicato: Venerdì 31 Ottobre 2025



Con Varese Corsi arriva un laboratorio pensato per chi vuole approfondire il concetto di felicità e scoprire strumenti pratici da applicare nella vita quotidiana. “**In viaggio verso la felicità**” prenderà il via da giovedì 20 novembre con tre lezioni dalle 19:00 alle 20:30, presso Materia Spazio Libero a Castronno, guidato da **Eleonora D’Antonio**.

Dai principi della **consapevolezza personale** alla gestione delle emozioni, ogni incontro offre spunti concreti per coltivare **serenità, equilibrio e benessere interiore**, trasformando piccoli gesti quotidiani in momenti di crescita personale.

Tre lezioni guidate per esplorare il significato della felicità e imparare a coltivarla nella vita di tutti i giorni. I partecipanti scopriranno strumenti pratici e tecniche semplici per sviluppare consapevolezza, equilibrio e una maggiore energia positiva, in un percorso di crescita personale e riflessione interiore.

Per maggiori informazioni e per iscriversi, [cliccare qui](#).

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it

