

SPORTHERAPY

benessere in movimento



WEBINAR

piattaforma Zoom

il BENESSERE attraverso sport e natura:

IMPARARE A GESTIRE PERSONE CON COMPLESSITA' LIEVI E MODERATE LEGATE A DIFFICOLTA' NEI COMPORTAMENTI E NELLA GESTIONE DELLE EMOZIONI NELLA VITA QUOTIDIANA.

Oratori: Greta Garignani, Anna Eleonora La Ferla e Mauro Rech

LUNEDI' 16 OTTOBRE DALLE 19.00 ALLE 21.00

COSA SAPPIAMO SULL'ADOLESCENZA

Cosa sappiamo di questa fase delicata della vita? Partiamo dalle vostre esperienze

LUNEDI' 23 OTTOBRE DALLE 19.00 ALLE 21.00

COSA CI ASPETTIAMO

Chi andremo ad incontrare? A quali aspetti prestare particolare attenzione?

LUNEDI' 30 OTTOBRE DALLE 19.00 ALLE 21.00

ALLEANZA E MOTIVAZIONE

Come possiamo gestire eventuali crisi e momenti di difficoltà? E soprattutto, come li preveniamo?

LUNEDI' 6 NOVEMBRE DALLE 19.00 ALLE 21.00

LA PROMOZIONE DEL BENESSERE

Gli effetti benefici dell'attività sportiva per gli adolescenti e giovani adulti

INCONTRI GRATUITI

RISERVATI A ISTRUTTORI SPORTIVI

INVIARE ISCRIZIONE a
segreteria.sportherapy@gmail.com



Con il contributo di cui agli artt. 72 e 73 del D.Lgs 117/2017



Sostenibilità
in Lombardia



Regione
Lombardia