



*Cultura e Benessere  
Mediazione del conflitto*



**Ti invita il giorno  
17.09.23 dalle  
ore 10.00  
presso il Mauriziano**

**a " Il cerchio sociale dell' abbondanza'**

**1 LO YOGA DELLA RISATA**

**2 GIOCHI ED ESERCIZI PER MENTE E CORPO**

**Conduce Anna Marchesani, formatrice yoga della risata  
e Fernando Angelucci, educatore e formatore**

**LA PAROLA YOGA NON DEVE TRARRE IN INGANNO**

**Non si tratta certo di fare posizioni impossibili  
da tenere per lunghi tempi.**

**Si tratta di un lavoro con la voce dove passando  
da momenti di estrema rilassatezza  
si arriva alla risata come  
condizione di benessere finale e duraturo.**

**I GIOCHESERCIZI**

**sono attività coinvolgenti che portano il  
gruppo a sperimentare quanto  
il nostro pensiero e il nostro corpo siano una unità  
indivisibile di emozioni e azioni relative.**

**Dove attiviamo un pensiero  
positivo si attiva un corpo sano e viceversa.**

**Le due attività sono complementari ma allo stesso  
tempo con obiettivi specifici e condotti da due esperti.**

**Info e prenotazioni [info@mondattivo.it](mailto:info@mondattivo.it) \* Cell 3405723266**