

Il Cerchio della Maternità

Incontro gratuito di condivisione e facilitazione



SPAZIO INCLUSIVO DI CONFRONTO
DALLA GRAVIDANZA AL POST-PARTO

Donne in dolce attesa incontrano le neomamme, in un
cerchio di **narrazione e condivisione**



RILASSAMENTO GUIDATO

Una breve **pratica di consapevolezza** come strumento
di centratura e connessione



LEZIONE DI YOGA COL BEBÈ

A seguire, **su prenotazione**, prova pratica gratuita



GUIDANO L'INCONTRO

Nadia Nadal, psicologa, parent coach e
coordinatrice pedagogica

Ambra Caprile, insegnante e formatrice
di Hatha Yoga e meditazione per la
gravidanza e il post parto



DOVE E QUANDO

Martedì 21 novembre, ore 10
Via Praglia 12, Pianezza

Informazioni e adesioni:
eventi@sipuo.eu
Nadia 3388728057
Ambra 339157226

