



Mente, corpo, anima: piccoli passi lungo la via della serenità...

Tematiche

- I meccanismi dell'ansia
- L'emergenza Covid e le sue conseguenze psicologiche
- La resilienza
- I benefici delle tecniche di respirazione

Relatori

- Fabio Pansera (*Psicologo, Psicologo Sportivo*)
- Loredana Fadani (*Operatrice Olistica del Benessere*)
- Serena Baratti (*Operatrice Olistica del Benessere*)

Vuoi saperne di piu' ? ... collegati al nostro sito