** **

**“ PREFERISCI AVERE RAGIONE O**

**ESSERE FELICE ?”**

**TRASFORMARE LE RELAZIONI**

**Napoli, 22 e 23 ottobre 2022**

Stage Esperienziale di

**BIODANZA E COMUNICAZIONE EMPATICA**

con

**ROSSANA MIGNOSI, facilitatrice didatta di Biodanza – SRT**

**MARISA CACCIOPPOLI, trainer certificata di Comunicazione Empatica**

**ALCUNI DEI TEMI IN CUI ENTREREMO NELLO STAGE
Come esprimere ciò che desideriamo senza suscitare ostilità?
Si può esprimere la Libertà nelle relazioni?
Si può essere autentici e restare nelle relazioni?**

**Ci saranno sessioni di Biodanza e sessioni di Comunicazione Empatica.**

**PER BIODANZARE NON OCCORRE SAPER DANZARE.**

**NECESSARIA PRENOTAZIONE ENTRO IL 10 OTTOBRE**

**SCONTO: PER CHI ARRIVA IN COPPIA O DA ALTRE REGIONI**

**DOVE: Centro Osho No Mind, a pochi passi da Via Caracciolo, a Napoli.**

**ORARI: Sabato 10.00 : 18.30 Domenica 10.00 : 17.30**

**PERNOTTAMENTO: Disponibili alcune sistemazioni presso il centro che ci ospita.**

**BIODANZA: è come una “Educazione alla Gioia di vivere”. Non si tratta di coreografie, piuttosto di un sorprendente percorso di evoluzione e crescita personale.**

**Sperimentare il proprio corpo come uno spazio di Libertà e di Piacere, diventare più ricettivi alle emozioni (proprie e degli altri), accrescere l’integrazione tra quello che sentiamo, quello che diciamo e quello che agiamo.**

**La COMUNICAZIONE EMPATICA: ci guida nel ripensare il modo in cui Esprimiamo noi stessi ed Ascoltiamo gli altri. Invece di limitarsi ad essere reazioni automatiche, abituali, le nostre parole diventano risposte coscienti basate sulla solida consapevolezza di ciò che Percepiamo, ciò che Sentiamo e ciò che Vogliamo.” (M.B.Rosenberg)**

**INFO E PRENOTAZIONI**

**Rossana Mignosi**

**Marisa Caccioppoli**

**Rossana. cell. 335.5741168**

**Marisa. cell. 328.6472239**