



# familyhub

• mondi per crescere •



## UN VIAGGIO CHIAMATO GRAVIDANZA

PADRONI DEL RESPIRO CONSAPEVOLE ATTRAVERSO LA  
MEDITAZIONE.

Fare amicizia con il nostro respiro, fonte della nostra vita, per mantenere calmo il corpo ed essere svegli e presenti. Se questo è importante per ognuno di noi, lo è ancora di più in tutte quelle fasi di passaggio della vita, come può essere la gravidanza. Calma e positività, dormire meglio, autocontrollo sono solo alcuni dei benefici della meditazione

**Da sabato**

**6 aprile 2019**

Pippo's House  
Via Nazario Sauro 54/56  
Policoro (MT)

**0835/981120**  
**ORE 9.30**

**Percorso gratuito**

*"Un progetto selezionato da  
Con i Bambini nell'ambito del  
Fondo per il contrasto della  
povertà educativa minorile"*

