

EMOZIONI IN AZIONE

Prendi in mano le tue emozioni.

Crea la vita che desideri.

Due serate tra LUCE e OMBRA

UN PERCORSO ESPERIENZIALE GUIDATO DA:

MORRIS INSOGNA

Educatore Emotivo - Life Coach - Scrittore



1° SERATA: **ORE 20,45**
OMBRA

Lunedì 13 aprile

PAURA,
TRISTEZZA,
RABBIA,
SENSO DI COLPA

2° SERATA:
LUCE

Martedì 14 aprile

GIOIA,
AMORE,
SPERANZA,
GRATITUDINE



Corso gratuito

Sala Convegni ASL BI via dei Ponderanesi, 2 - Ponderano

Le emozioni possono essere la tua più grande forza o il tuo peggior ostacolo. Un viaggio intenso e trasformativo per imparare a comprendere, padroneggiare e sfruttare l'energia emotiva a proprio vantaggio. Attraverso tecniche pratiche, esercizi esperienziali e strumenti di crescita interiore, scoprirai come prendere consapevolezza di te stesso, migliorare le relazioni e risvegliare la tua forza interiore.