

R-ESTATE CON NOI

AGOSTO 2025



Libroterapia e aperitivo

Sabato 2 Agosto

h 17.00

*Lettura e condivisione delle
risonanze del racconto
proposto.*

Conduce Rossana

Workshop espressivo: riflesso materico

Sabato 9 Agosto

h 9.30 - 13.00

*Realizzazione di un'opera
artistica personale che
introduce la dimensione del
rilievo attraverso l'uso di
diversi materiali.*

*Portare specchio o
specchietto personale.*

Costo €20 per gli
esterni/gratuito per i soci

Conduce Katia

Mindfulness: meditazione dei sassolini e aperitivo

Lunedì 4 Agosto

h 18.30

Costo: €10 per gli
esterni/gratuito per i soci

Conduce Katia

Mindfulness: meditazione del cuore e aperitivo

Lunedì 18 Agosto

h 18.30

Costo: €10 per gli
esterni/gratuito per i

soci

Conduce Katia

R-ESTATE CON NOI

AGOSTO 2025



Impariamo il gioco del Burraco

Martedì 19 Agosto

h 15.00-18.00

Pomeriggio con Annarita che ci insegnerà un gioco di carte avvincente e con tanti trucchetti. Merenda compresa

Costo: €5 per gli esterni/gratuito per i soci
Conduce Annarita

Workshop creativo: Carta... che magia!

Sabato 23 Agosto

h 9.30-13.00

Riciclo creativo di diversi tipi di carte per creare qualcosa di nuovo e decorativo

Costo: €10 per gli esterni/gratuito per i soci
Conduce Katia



Meditazione guidata e aperitivo

Lunedì 25 Agosto

h 18.30

Conduce Rossana



Escursione in montagna: corpo e natura

Sabato 30 Agosto

(potrebbe variare in base al meteo)

Trekking in montagna guidato con esercizi di connessione tra corpo e natura.

Portare il pranzo al sacco.

h 8.00 - 13.00

Conduce Sara