

# Newsletter di novembre



## No alla Solit'Udine

Continuano anche per il mese di novembre 2023 le **attività GRATUITE**, aperte a tutti, presso la sede dell'Associazione Coesi in Via Brigata Re, 29 a Udine. Tutti gli incontri sono condotti da Counselor professionisti aderenti all'associazione.

**Per info:** Oriana Beltramini  
Tel 335.6192419

[Per saperne di più](#)



## Corso Canva

Dal **2 novembre** per 5 giovedì, **dalle 17:00 alle 19:00** si terrà un corso OnLine per imparare ad utilizzare Canva, programma per creare presentazioni, inviti, materiale di tipo didattico, divulgativo e pubblicitario.

**Le iscrizioni terminano lunedì 23 ottobre 2023.**

**Per info:** Federica Visentin  
federicavisentin69@gmail.com

[Per iscrizioni](#)



# Newsletter di novembre



## Attività di Supervisione per Counselor

Mercoledì **15 novembre alle 20:45 OnLine** Aldo Galante, Supervisor Counselor, conduce un gruppo di supervisione (massimo 15 persone).

L'approccio utilizzato è di tipo epistemologico integrato e l'obiettivo è di fornire ai Counselor partecipanti un supporto rispetto alle dinamiche che affrontano nello svolgimento dell'attività professionale.

[Per iscrizioni](#)



## Il coraggio del cambiamento

“Non è la specie più forte o la più intelligente a sopravvivere, ma quella che si adatta meglio al cambiamento.” C. Darwin

Sabato **25 novembre alle ore 17:00** conferenza gratuita della Counselor, Life/Sport e Business Coach, consulente fonico forense e scrittrice Alessandra Monasta. Verranno trattati i temi legati al cambiamento, come affrontare le sfide che si presentano nel mondo del lavoro e nella vita.

**Ingresso libero e gratuito.**



# Newsletter di novembre



## Attività di Yoga

Continua il corso di **Hatha Yoga** del sabato mattina (dalle 09:00 alle 10:30) con M. Zentilin e il **corso di ginnastica Yoga** del lunedì pomeriggio (dalle 18:00 alle 19:30) con C. Comuzzi presso la sede dell'Associazione Coesi in Via Brigata Re, 29 a Udine.

Per info: Oriana Beltramini  
Tel. 335.6192419

