

Newsletter di gennaio



Prendersi cura del proprio mondo interiore Emozioni, pensieri e convinzioni

Sabato 20 gennaio 2024 alle ore 17:00 presso la sede di Coesi si terrà il secondo incontro del percorso tenuto da Q. Fornasiere che ci porterà a scoprire il mondo delle emozioni e come possiamo gestirle, come mantenere un buon dialogo con noi stessi e come coltivare la gratitudine e praticare il perdono.

Per info: Oriana Beltramini
Tel 335.6192419

[Per iscrizioni](#)



www.associazionecoesi.it



Newsletter di gennaio



Attività di Yoga

Riprende il corso di **Hatha Yoga** del sabato mattina dalle 09:00 alle 10:30 con M. Zentilin presso la sede dell'Associazione Coesi in Via Brigata Re, 29 a Udine.

Per info: Oriana Beltramini

Tel. 335.6192419



Newsletter di gennaio



*Buone Feste e
Buon Anno da Coesi!*



www.associazionecoesi.it

