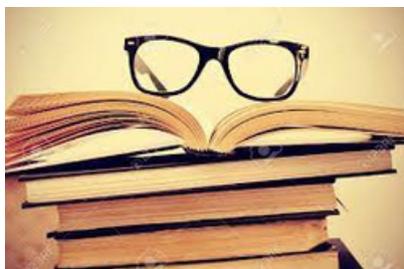


Newsletter di marzo



Coesi Book Club

Sabato 9 marzo alle ore 17:00 presso la sede dell'Associazione Coesi in Via Brigata Re, 29 a Udine si terrà Coesi book Club a cura di M.T. Grillo, T. De Bortoli e G. Del Duca.

La lettura può essere un grande veicolo di autoconoscenza attraverso l'identificazione o meno con personaggi, vicende, situazioni, problemi. Chi conduce ha la funzione di proporre i testi e facilitare il gruppo nella condivisione di esperienze, riflessioni, vissuti, a partire dalle risonanze emotive di ciascuno/a, per un approfondimento personale e collettivo di quanto emerge.

Per info e iscrizioni: ass.coesi@gmail.com

[Per saperne di più](#)



Newsletter di marzo



Internet per tutti Emozioni online Le relazioni ai tempi dei social media

Lunedì 4 -11 - 18 e 25 marzo dalle ore 18:00 alle ore 20:00 presso la sede di Coesi APS in Via Brigata Re, 29 a Udine, la Digital Educator M. Miningher ci parlerà di inclusione social-digitale: strumenti, prove pratiche per imparare ad usare meglio smartphone e tablet e come comunicare meglio con gli altri nel web.

Il corso è riconosciuto da AssoCounseling con **8 crediti** di aggiornamento.

Il corso è realizzato con il contributo del Comune di Udine, all'interno del progetto "Comunità in relazione", quindi sarà completamente **gratuito**.

Per info e iscrizioni: ass.coesi@gmail.com
tel. 3356192419

Per il volantino, clicca [QUI](#).

[Per iscrizioni](#)



www.associazionecoesi.it



Newsletter di marzo



Prendersi cura del proprio mondo interiore La felicità e l'importanza delle buone abitudini

Sabato 23 marzo 2024 alle ore 17:00 presso la sede di Coesi si terrà il terzo incontro del percorso tenuto da Q. Fornasiero che ci porterà a scoprire il mondo della felicità, della ricerca costante del piacere dell'importanza che hanno le buone abitudini.

Il percorso è realizzato con il contributo del Comune di Udine, all'interno del progetto "Comunità in relazione", quindi sarà completamente **gratuito**.

Per info: Oriana Beltrami
Tel 335.6192419

Per il volantino, clicca [QUI](#).

[Per iscrizioni](#)



www.associazionecoesi.it



Newsletter di marzo



Attività di Yoga

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

Per info: Oriana Beltrami

Tel. 335 6192419



Newsletter di marzo



**Coesi
vi aspetta!!!**

Ogni **venerdì pomeriggio dalle 17:00 alle 18:30** la sede dell'Associazione Coesi in Via Brigata Re, 29 a Udine sarà aperta a chiunque voglia passare a salutarci, chiedere informazioni, prendere appuntamento con uno dei nostri Counselor...

Vi aspettiamo!!

