consulta
impegno civile

Comune di Novate Milanese

LABORATORIO TEORICO-PRATICO PER ADULTI

Abbracciare gli *alberi*

Il benessere che nasce dal contatto con la Natura

Per riscoprire presenza, ascolto e connessione.

Un pomeriggio nel verde per rallentare i ritmi quotidiani e scoprire come gli alberi favoriscono il nostro benessere psicofisico. Attraverso una breve introduzione, un'esplorazione sensoriale e una semplice pratica guidata, sperimenteremo l'abbraccio all'albero come gesto di ascolto, presenza e rilassamento.

CONDUCE

Valentina Sambrotta

Sociologa, professional counselor, operatrice reiki e presidente dell'Associazione Culturale Afrodite

QUANDO

Sabato 21 novembre 2026

ore 15:00 · durata 60–90 minuti

DOVE

Giardino di Villa Venino

(giardino Lidia Conca) · Novate Milanese

INGRESSO GRATUITO

Si consiglia un abbigliamento comodo e adatto alla stagione

In caso di pioggia l'evento sarà annullato.

Per informazioni: **info@lenostreorme.org**