

PROJETO

REENCONTRO

UM CONVITE AO AUTOCONHECIMENTO
ATRAVÉS DO MOVIMENTO

GRATIS

EDUCAÇÃO SOMÁTICA
QUINTAS ÀS 18H
NO GOOGLE MEETS



O MUNDO MUDOU

**COMO VOCÊ TEM
LIDADO COM ISSO?**



RESILIÊNCIA • ACEITAÇÃO
AUTOCONHECIMENTO • MUDANÇA
ESTAR PRESENTE
EXPLORAR POSSIBILIDADES
APRENDIZADO • PERCEPÇÃO
ADAPTABILIDADE

NESSE MOMENTO É IMPORTANTE

A EDUCAÇÃO SOMÁTICA proporciona experiências de AUTOPERCEPÇÃO, EXPLORAÇÃO DE NOVAS POSSIBILIDADES de movimento, liberando tensões, fortalecendo a RESILIÊNCIA e a ADAPTABILIDADE, contribuindo para o AUTOCONHECIMENTO que traz SERENIDADE E PAZ



**RESERVE 1H DA SUA SEMANA
PARA UM VERDADEIRO ENCONTRO
CONSIGO MESMO, NO CONFORTO
DA SUA CASA E GRÁTIS**

APOIO:

GAIPA

UIC

NESBUC

