

Lascia andare e rinasci

EVENTO ONLINE GRATUITO SOLO per i SOCI ENI POLO SOCIALE



Domenica 22 novembre 2026 – h21-23

Un'esperienza olistica dedicata a chi desidera alleggerirsi dallo stress, sciogliere blocchi e tensioni, lasciar andare ciò che non serve più, ritrovare il proprio equilibrio e aprirsi con fiducia al cambiamento.

Questo periodo dell'anno rappresenta un momento particolarmente importante per lasciar andare: ci avviciniamo alla chiusura di un ciclo, la fine dell'anno e l'inizio di uno nuovo.

È fondamentale prepararsi a questo passaggio liberandosi di ciò che non serve più, riequilibrando la propria energia e le proprie emozioni, acquisendo nuova consapevolezza su ciò che ci accade e aprendo lo sguardo a una prospettiva di cambiamento.

Nel corso di questo incontro utilizzeremo meditazioni guidate, esercizi di consapevolezza, tecniche di respiro e rilassamento per riequilibrare e purificare mente, corpo ed emozioni, rigenerando così noi stessi e la nostra energia vitale.

*Conduce l'incontro **Valeria Giuliani** - Counselor olistica, istruttrice di yoga sciamanico-meditazione, costellatrice familiare. Professionista disciplinato ai sensi della legge n°4/2013 iscritta nel Registro Nazionale degli Operatori Olistici di ASPIN con codice MI-1343-OP-P e diplomata nelle seguenti discipline: Shiatsu e Riflessologia Plantare | Costellazioni Familiari Evolutive® e Tecniche per il benessere Olistico della persona | Yoga Sciamanico e Integrare | Counseling Olistico e Ritualistica presso l'Accademia Ajna a Milano.*

INFORMAZIONI & PRENOTAZIONI

Per partecipare a questo incontro online è necessario prenotarsi
alla segreteria dell'Eni Polo Sociale

Cel. 3245573090

tel. 0252047108 / 0252042713

e-mail: polosociale@eni.com