



SENTIERO LUMINOSO

YOGA, NATUROPATIA E ARTI PER IL
BENESSERE

VIA MEIRANA 3, GENOVA

PONTEDECIMO

TEL 3495211639

PRESENTA

CONFERENZA GRATUITA

A CURA DI SILVIA SCAGLIOTTI

GIOVEDÌ 12 APRILE 2018

ORE 21

STRESS.O.S

SPINTA E TRANELLO

Cos'è lo stress

Che effetto ha sul fisico

Sulla salute, sulle emozioni

Effetti "buoni" (spinta) e meno buoni- (tranello)

Come gestirlo perché contribuisca al benessere

www.silviascagliotti.it