



Passeggiate consapevoli coi piccoli

CENTRO  PER LE
FAMIGLIE
UNIONE DEL FRIGNANO



Famiglie

Un punto di ritrovo.

Un percorso semplice da fare a piedi nella natura.
Qualche pit stop per coltivare presenza, concentrazione,
consapevolezza sensoriale e corporea.

Risultato?

Momenti di piacevolezza in famiglia garantiti!

Per famiglie con bambini dai 0 ai 12 anni

MERCOLEDÌ
3 GIUGNO
ORE 16:30-18:00

FANANO - MADONNA DEL PONTE
UN PASSO DOPO L'ALTRO:
pratiche di pazienza e presenza.



GIOVEDÌ
25 GIUGNO
ORE 16:30-18:00

SESTOLA - LAGO DELLA NINFA
LA BUSSOLA DELL'ATTENZIONE:
celebriamo la mente del principiante.



GIOVEDÌ
16 LUGLIO
ORE 10:00 - 11:30

PIEVEPELAGO - PARCO FLUVIALE
LA MAPPA DELLE CORRENTI EMOTIVE:
riconoscerle senza giudicarle.



GIOVEDÌ
16 LUGLIO
ORE 16:30-18:00

PAVULLO - PARCO DUCALE
SPICCCARE IL VOLO:
praticare la fiducia e l'arte del lasciar andare.



MARTEDÌ
21 LUGLIO
ORE 16:30-18:00

MONTECRETO - PARCO DEI CASTAGNI
TRACCIARE IL SENTIERO:
dal reagire al rispondere con saggezza.



MERCOLEDÌ
29 LUGLIO
ORE 16:30-18:00

LAMA MOCOGNO - PONTE DEL DIAVOLO
LASCIARSI STUPIRE DAL PANORAMA:
seguire il flusso e l'accettazione.



Attività gratuite su prenotazione:

 339 7919661

centrofamiglie@unionefrignano.mo.it