



“Prepariamoci al salto”

Per-corso di crescita personale

Come superare quei condizionamenti inconsci che ci fanno sentire bloccati, imprigionati e non ci permettono di fare un salto di qualità nella nostra vita.

1° Incontro: Sabato 7 Marzo - ore 9.45 - 12.30

“È più forte di me”

2° Incontro: Sabato 21 Marzo - ore 9.45 - 12.30

“Disponibili, ma non a disposizione”

3° Incontro: Sabato 11 Aprile - ore 9.45 - 12.30

“Obiettivi e strategie”

4° Incontro: Sabato 18 Aprile - ore 9.45 - 12.30

“La vita che vorrei”

Il primo, secondo e quarto incontro saranno tenuti dal Dott. Luca Nicoli, psicoterapeuta, psicoanalista; il terzo incontro sarà a cura di Paola Messineo di Stobenequando che guiderà i partecipanti ad individuare obiettivi e strategie per cominciare il processo di trasformazione verso la realizzazione personale.

Appuntamento presso la sala meeting della “Taverna Napoleone”, via San Lorenzo 44, Castelnuovo Rangone, a pochi chilometri di Modena, vicino all'uscita dell'autostrada Modena Sud. Al termine di ogni incontro verrà offerto un buffet per favorire la condivisione e la conoscenza dei partecipanti, che è uno degli scopi fondamentali di Stobenequando.

Contributo: € 100,00 per tutti e quattro gli incontri. € 35,00 per un singolo incontro.

Iscrizioni presso negozio “Il profumo del bosco” Via Araldi 239, Modena

oppure tramite PayPal direttamente sul sito web.



toBeneQuando...

Per informazioni:

340.4979815 - www.stobenequando.com - info@stobenequando.com - facebook: stobenequando



Pane e Focacce con la pasta madre

quando Dom. 22 Febbraio, ore 15.00-19.00

Roberta e Giorgia di Mangianatura insegnanti

dove Laboratorio Cucina presso Iscom

€ 50,00 corso + degustazione contributo

I Sapori da riscoprire per la vitalità ed il benessere

Programma:

Pane integrale di farro, Focaccia vegana, Pizza, Danubio salato.

Il corso pratico-dimostrativo si terrà presso il laboratorio dell'Iscom in via Piave 125, Modena, attrezzato con strumenti professionali per 14 allievi.

Iscrizioni presso negozio "Il profumo del bosco" Via Araldi 239, Modena
oppure tramite PayPal direttamente sul sito web.



Il desiderio di scoprire, la voglia di emozionare, il gusto di catturare: tre concetti che riassumono l'arte della fotografia. (H. Newton)

Corso di fotografia

quando

Martedì 10 Marzo, ore 20.45-22.30
“ 17 Marzo, ore 20.45-22.30
“ 24 Marzo, ore 20.45-22.30
“ 31 Marzo, ore 20.45-22.30
“ 7 Aprile, ore 20.45-22.30
“ 14 Aprile, ore 20.45-22.30

Rosario Santimone
fotografo professionista

insegnante

Saranno comunicate durante il corso le date per una uscita diurna ed una notturna.

dove

Trame 2.0, via Borelli 20, Modena

€ 100,00 - Max. 15 partecipanti

contributo

La fotografia ci porta ad osservare i dettagli, a catturare gli attimi, le emozioni... oggi più che mai abbiamo bisogno di meravigliarci e mettere il nostro focus su quei particolari che testimoniano, attraverso l'immagine, "la grande bellezza" che c'è intorno a noi! Una parte del corso sarà dedicata alla teoria relativa ai principi di base della fotografia allo scopo di acquisire consapevolezza su come possiamo utilizzare al meglio gli strumenti digitali a nostra disposizione. L'altra parte sarà pratica e si lavorerà alla costruzione di un progetto prendendo in considerazione le esigenze dei partecipanti.

Iscrizioni presso negozio "Il profumo del bosco" Via Araldi 239, Modena
oppure tramite PayPal direttamente sul sito web.



Stobenequando... mangio con gusto in modo sano.

Corso di cucina naturale con degustazione

quando

Lunedì 2 Marzo, ore 19.30-22.30
“ 16 Marzo, ore 19.30-22.30
“ 30 Marzo, ore 19.30-22.30
“ 13 Aprile, ore 19.30-22.30

Polisportiva San Damaso
Strada Scartazza, 53
San Damaso, Modena

dove

insegnante

Roberta Colombini di Mangianatura

€ 120,00 per quattro incontri

contributo

Quattro incontri nei quali cucineremo in modo sano e naturale ingredienti freschi e genuini, tipici della nostra terra, senza l'utilizzo di proteine di origine animale e derivati.

Iscrizioni presso negozio "Il profumo del bosco" Via Araldi 239, Modena
oppure tramite PayPal direttamente sul sito web.