

L'Associazione Onda Vitale

*organizza lunedì 16 maggio ore 20,30 presso
l'ASD Movimento di Via Longuelo, 146 Bg*

una serata a base di "abbracci"in questo periodo di individualismo...paura dell'altro, diffidenza, noi andiamo contro correntee vi invitiamo ad abbracciarci. L'abbraccio ha un forte potere terapeutico.....accogliere l'altro solo e semplicemente ascoltando il corpo GUARISCE

Guarisce l'anima, libera le emozioni bloccate, apre il cuore !!!

Studi recenti confermano che un abbraccio può liberare endorfine provenienti dal cervello, cosa che si traduce in potere curativo.

Il potere di un abbraccio

Attiva l'ossitocina riempiendoci di energia.

E' una botta di carica per il sistema immunitario.

Aiuta ad affrontare meglio un dolore o un brutto momento.

Ti permette di comunicare molte emozioni senza dire niente.

E' un rimedio perfetto contro lo stress e l'ansia.

Rafforza l'autostima (particolarmente nei bambini).

E' una grande dimostrazione d'amore e supporto.

Libera dopamina: responsabile del buonumore e della motivazione.

Equilibra il nostro sistema nervoso.

Ci rende più pazienti.

SEMPLICEMENTE TERAPEUTICO

Serata libera a tutti, vi aspettiamo numerosi a sperimentare !!!!

Per info Carlo 335.5495856

www.ondavitale.it



info@ondavitale.it