

# ECOPSICOLOGIA e WATSU®

insieme per il tuo ben-essere



Attraverso attività guidate in acqua termale e training in aula ci alleneremo a lasciar andare le tensioni per trovare forme adeguate all'espressione delle emozioni e all'esplorazione dei potenziali creativi e spirituali del nostro corpo. Una giornata dedicata al nostro star bene e all'ascolto dei nostri e altrui bisogni attraverso le attività di Ecotuning e Watsu®.

Una giornata dedicata alla scoperta di **ECOPSICHÉ SARDEGNA - SCUOLA DI ECOPSICOLOGIA**, che promuove una visione ecocentrica e un nostro più stretto contatto con gli elementi naturali per ritrovare il nostro benessere, e del **WATSU®** - nuovo shiatsu in acqua creato dal poeta californiano Harold Dull - che riunisce i benefici del bodywork acquatico a quelli del prendersi cura di sé e degli altri.

L'acqua calda, con il suo calore e accoglienza, fa emergere i potenziali del nostro corpo acquatico e selvatico. Quella parte di noi autentica, autonoma, libera e orgogliosa che si esprime nei nostri comportamenti spontanei, espressivi, sensuali, estatici. L'esplorazione proposta in questa giornata ci vuol riportare nel cuore profondo dell'Acqua e di Noi stessi, con efficaci e piacevoli strumenti: **attività di sintonizzazione con la natura, culle di watsu, meditazioni, esercizi di movimento creativo e di contatto consapevole.**



## TERME DI SARDARA > SABATO 27 GENNAIO 2018

ore 10:00

Attività di Ecopsicologia applicata e presentazione di Ecopsiché Sardegna

ore 13:30

Lunch

ore 15:00

Attività di Ecopsicologia applicata e Watsu® in acqua calda

Conducono

SILVIA MONGILI > Ecotuner e Green Life Professional Coach | CLAUDIO LALLAI > Insegnante di Watsu®

Informazioni e iscrizioni

Silvia +39 392.0107415 - [ecopsichesardegna@lafactoria.it](mailto:ecopsichesardegna@lafactoria.it) | Claudio +39 338.8081776 - [claudio.lallai@tiscali.it](mailto:claudio.lallai@tiscali.it)

Quota partecipazione promo

€ 60,00 + IVA

la quota comprende: ingresso piscina pomeridiano + lunch

**LA FACTORIA**  
comunità creativa

**ecopsiché**  
SCUOLA DI ECOPSICOLOGIA

[www.lafactoria.it](http://www.lafactoria.it)

# ECOPSIKOLOGIA e WATSU®

insieme per il tuo ben-essere



## MODULO DI PARTECIPAZIONE

NOME COGNOME

INDIRIZZO

CITTÀ

PROFESSIONE

MAIL

TELEFONO

MI IMPEGNO A PARTECIPARE ALLA GIORNATA DI  
**ECOPSIKOLOGIA e WATSU® - UNA GIORNATA PER IL TUO BEN-ESSERE**  
CHE DI SVOLGERÀ PRESSO

LE TERME DI SARDARA, SABATO 27 GENNAIO DALLE ORE 10,00

SECONDO IL PROGRAMMA E LE INDICAZIONI INDICATE NELLA LOCANDINA PROMOZIONALE.

Autorizzo la raccolta e il trattamento dei dati sopraelencati ai sensi del decreto legislativo del 30/06/2003 n.196 e successive modifiche (codice in materiali di protezione dei dati personali). I dati non saranno diffusi a terzi.

FIRMA

Inviare il modulo a uno dei seguenti contatti  
ecopsichesardegn@lafactoria.it | fax 0783 73396 | whatsapp +39 392 0107415



IN CONSIDERAZIONE DEL NUMERO LIMITATO DI POSTI DISPONIBILI  
SI CHIEDE GENTILMENTE DI RISPETTARE L'IMPEGNO PRESO

LA FACTORIA  
comunità creativa

ecopsiché  
SCUOLA DI ECOPSIKOLOGIA

www.lafactoria.it