



Il Circolo Culturale e Ricreativo Nuovi Orizzonti in collaborazione con la Parrocchia dei Rizzi, con il contributo della Regione autonoma Friuli Venezia giulia - Servizio Volontariato, associazionismo, rapporti con i migranti e politiche giovanili, presentano:

### **LABORATORIO ANTISTRESS**

#### **il corpo il tatto la fiducia**

Per sviluppare la percezione di "essere" il proprio corpo, muoverlo e rilassarlo; relazionarsi a sé e agli altri con-tatto; dare e ricevere fiducia attraverso le tecniche di movimento integrate, il rilassamento, il massaggio ed i giochi corporei.

Aldilà dei termini tecnici mezza giornata da dedicare a sé - e agli altri - facendosi del bene.

**Sabato 11 Giugno 2011, dalle ore 9.00 alle ore 12.30**, presso la Sala "Picco", c/o Opere parrocchiali, in **Rizzi (**  
**Via delle Scuole 11,**  
**Riçs) - Udine.**

Trainer: naturopata **Sabina Sluga.**

**Info e iscrizioni:** 329 733 1700, [sabina.sluga@yahoo.it](mailto:sabina.sluga@yahoo.it)