



Il CerchiOM delle Donne, in un clima di sorellanza, si propone di offrire un amorevole spazio di crescita personale.

Attraverso varie attività, tra cui lo yoga e la meditazione, le partecipanti avranno l'occasione di Riscoprirsi e prendere contatto con le proprie risorse personali. Il gruppo non intende essere un'occasione di psicoterapia collettiva ma un luogo ed un tempo in cui si possano sperimentare strumenti utili al proprio percorso di crescita e "rinascita".

Gli incontri del CerchiOM sono liberi, aperti a tutte le Donne e proposti da Claudia Castiglione _ insegnante yoga e doula del Centro yoga l'albero della Gioia.