

Essere donne nell'età contemporanea può essere scomodo: dobbiamo essere brave bambine, belle, compiacenti, stare al nostro posto, attente alle parole ma meglio zitte.

EmpowHER è la nostra proposta per metterci comode, attraverso un percorso intergenerazionale di gruppo, guidato dalla sorellanza, per riflettere e diventare consapevoli.

In cerchio approfondiremo ogni volta un tema del caleidoscopico universo femminile. Ci racconteremo e ascolteremo con rispetto e senza giudizio.

Vivremo un'esperienza che sarà sia teorica, il "capire", che pratica, creativa e di integrazione corporea, il "sentire", attraverso il movimento bioenergetico.

Radicate nella realtà, flessibili ai movimenti della vita, protese a soddisfare i nostri bisogni, con leggerezza, incontro dopo incontro prenderà corpo una postura di scelta e responsabilità di vita.

Nella relazione con noi stesse e con gli altri vogliamo finalmente affrancarci dal dover essere e approdare al io posso.

INFO & DETTAGLI

se non sei riuscita a partecipare all'incontro di presentazione esperienziale del 21 settembre, ti aspettiamo online giovedì 26 settembre dalle 19 alle 20.

Chiedici il link su whatsapp!

Eleonora: 347/8327887

Alessandra 328/7577670

CALENDARIO INCONTRI

24 ottobre '24: **"Femmina a chi?"**

21 novembre '24: **"C'è ancora domani..per i diritti delle donne"**

12 dicembre '24: **"Spazio al corpo"**

9 gennaio '25: **"Piacere, sono una Donna!"**

6 febbraio '25: **“Il mito della bellezza”**

6 marzo '25: **“Denaro: libertà CONTro CORRENTE”**

10 aprile '25: **“Le espressioni sommerse della violenza”**

8 maggio '25: **“Maternità: una scelta obbligata?”**

A che ora: dalle 19 alle 21

Dove: Prana Studio, via G. Righini 23, 5° piano Ferrara

Costo del percorso: 240 euro da pagare al momento dell'iscrizione,

da effettuarsi entro e non oltre il 4 ottobre 2024

