



Comune di Cesano Boscone

L'ARTE DELL'ANIMA: TECNICHE DEL DISEGNO ANTI-STRESS

Corsi nel cassetto di Fondazione per Leggere

Nella società odierna, frenetica e stressante, sembra essere diventato quasi impossibile fermarsi e prendersi qualche minuto per rilassarsi.

Il corso è rivolto a tutti coloro che vogliono esprimersi e trovare uno spazio per sé stessi attraverso il disegno.

Non bisogna avere requisiti particolari o abilità artistiche, solo provare piacere in questa attività.

Nel corso si cercherà di raggiungere quello stato mentale in cui si è completamente immersi in ciò che si sta facendo, nel qui ed ora.

Questo stato mentale ha il potere di farci dimenticare le nostre preoccupazioni e regalarci un prezioso effetto anti-stress.

Scadenza iscrizione: giovedì 13/04/2023

Prima lezione: giovedì 20/04/2023

Docente: Barbara Palombaro

Numero lezioni: 5

Per maggiori informazioni e pre-iscriverti visita il sito

<https://www.corsinelcassetto.net/>

COSTO DEL CORSO: 75 €

SEDE: BIBLIOTECA, VILLA MARAZZI- VIA DANTE ALIGHIERI 47

Corsi  nel Cassetto