

L'Associazione Culturale Arte e Spettacolo Pandora di Seano organizza per sabato 12 gennaio "Prenditi cura di te", una giornata all'insegna del benessere e dell'amor proprio che si protrarrà dal primo pomeriggio alla sera, con tante diverse iniziative pensate per tutti i gusti. Dalle 14.30 alle 16.30 Sonia Ramalli, bionaturopata e gestalt counselor, presenterà il suo corso dedicato ai Fiori di Bach e a seguire proporrà un laboratorio esperienziale; dalle 17 alle 18 Martina Pagliai, insegnante di yoga, terrà una lezione indirizzata a quanti siano interessati ad avvicinarsi a questa antica disciplina orientale; dalle 17.30 alle 20 Sara Di Giacomo Pace, arteterapeuta e counselor olistica, esperta in tarologia, interrogherà i tarocchi per fornire consigli e analizzare le esperienze di vita di chi desideri approfondire la conoscenza di sé e della propria esistenza; alle 18 Eva Lombardi effettuerà dei massaggi tonificanti e rilassanti al viso; infine alle 20 avrà luogo una cena vegetariana con i prodotti del gruppo di acquisto KM0 Pandora, che fa riferimento a piccoli produttori locali, con tisane disintossicanti al costo di 12 euro. Le attività sono ad offerta libera. Per ulteriori informazioni e per le prenotazioni è possibile contattare l'Associazione Pandora chiamando o inviando un messaggio al numero 370.3456824. *(Barbara Prospero)*