

## PROGRAMMA CONVEGNI

26  
NOVEMBRE

2017

DOMENICA | DALLE 15,30 ALLE 17,30 | PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

### RELAZIONI DIFFICILI? INCOMPRESIONI, LITIGI E SILENZI?

SCOPRI COME RISOLVERE LE SITUAZIONI DIFFICILI E CREARE SANE RELAZIONI

**Daide Pirovano**, Insegnante di Comunicazione efficace, trainer in PNL e Mind Coach

Scopri la  
tecnica e  
portala a casa!

#### 3 TRUCCHI PER RESTARE SERENI NELLA DIFFICOLTÀ

**Daide Pirovano**, Insegnante di Comunicazione efficace, trainer in PNL e Mind Coach

14  
GENNAIO

2018

DOMENICA | DALLE 15,30 ALLE 17,30 | PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

### MAL DI SCHIENA? ECCO COME FARE

MUOVITI LIBERO AD OGNI ETÀ

**Soili Rainieri** - Naturopata e Kinesiologa, Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

Scopri la  
tecnica e  
portala a casa!

#### 3 POSIZIONI YOGA CHE SALVAGUARDANO LA TUA SCHIENA!

**Alessandro Pera** - Cromoterapeuta e Istruttore di Yoga, Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

18  
FEBBRAIO

2018

DOMENICA | DALLE 15,30 ALLE 17,30 | PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

### STRESS E ANSIA: QUALI COLORI SCEGLIERE PER STARE MEGLIO

MODIFICARE L'AMBIENTE PER PRODURRE EQUILIBRIO

**Alessandro Pera** - Cromoterapeuta e Insegnante di Yoga, Istruttore Scuola di Naturopatia LUMEN

Scopri la  
tecnica e  
portala a casa!

#### 3 TECNICHE DI AUTO MASSAGGIO PER RITROVARE ENERGIA

**Laura Stoppa** - Naturopata ed Operatrice del benessere Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

Presso:  
LUMEN

via Poligno 5 | 29010 San Pietro in Cerro PC

18  
MARZO

2017

DOMENICA | DALLE 15,30 ALLE 17,30 | PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

### IMPARA A CHIEDERE PER OTTENERE CIÒ CHE VUOI

SCOPRI COME RISOLVERE LE SITUAZIONI DIFFICILI E CREARE SANE RELAZIONI

**Daide Pirovano**, Insegnante di Comunicazione efficace, trainer in PNL e Mind Coach

Scopri la  
tecnica e  
portala a casa!

#### 3 TRUCCHI PER ENTRARE IN SINTONIA CON GLI ALTRI

**Daide Pirovano**, Insegnante di Comunicazione efficace, trainer in PNL e Mind Coach

15  
APRILE

2018

DOMENICA | DALLE 16,00 ALLE 18,00 | PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

### ALLERGIE: DEPURA IL TUO TERRENO CON LA NATUROPATIA OLISTICA

COME SUPERARE I SINTOMI CHE TI AFFLIGGONO

**Enrico Lambri** - Naturopata esperto in MTA, Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

Scopri la  
tecnica e  
portala a casa!

#### 3 PUNTI DI RIFLESSOLOGIA PODALICA CHE SOSTENGONO LA TUA SALUTE

**Tiziana Bianco** - Naturopata e Riflessologa, Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

20  
MAGGIO

2018

DOMENICA | DALLE 16,00 ALLE 18,00 | PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA

### PESO FORMA CONQUISTARLO E MANTENERLO CON LO STILE DI VITA GIUSTO

NON ESISTONO CIBI MIRACOLOSI, ESISTONO SANE ABITUDINI!

**Elena Soldi** - Naturopata esperta in Alimentazione Naturale, Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

Scopri la  
tecnica e  
portala a casa!

#### 3 CIBI ADATTI ALLA TUA COSTITUZIONE SECONDO L'ANTICA MEDICINA OCCIDENTALE

**Valentina Procopio** - Esperta in Medicina Ippocratica, Insegnante Scuola di Naturopatia LUMEN

Presso:  
LUMEN

via Poligno 5 | 29010 San Pietro in Cerro PC