



Settore Servizi Sociali  
 Servizio Giovani, Pari Opportunità, Conciliazione, Centri Civici, Volontariato

Resp. Procedimento: d.ssa Emanuela Danili

## .. e Ancora

Corso	Centro Civico
Arrendersi? Mai!	San Rocco
A.T. e la relazione di aiuto	Triante
Benessere a km 0	Centro - San Gerardo
Biodanza: onde di emozione	San Rocco
Burraco	Libertà - Liberthub
Cinema con te'	Libertà - Liberthub
Comunicazione e Relazioni Interpersonali	San Carlo - San Giuseppe
Crea Riciclando	Centro - San Gerardo
Cuoio	Triante
Erboristeria	Centro - San Gerardo
Event Planning basi teoriche e pratiche per l'organizzazione di eventi	Sant'Albino
Feldenkreis (consapevolezza attraverso il movimento)	Centro - San Gerardo
Fitness - Aerobica Dance, Ginnastica Dolce, Pilates, Ploxing, Zumba	Libertà - Liberthub
Fitness - Pilates	
Gestione del tempo... Risorsa preziosa ed esauribile	San Carlo - San Giuseppe
Gestire al meglio l'ansia e lo stress	San Rocco
Ginnastica Mentale	Centro - San Gerardo / San Fruttuoso
Gioco Yoga	Regina Pacis - San Donato
Hata Yoga	Libertà- Liberthub
Hata Yoga	Cederna - Cantalupo
Hata Yoga e Meditazione	Sant'Albino
Il Magico potere del riordino	San Carlo - San Giuseppe
Imparare il metodo integrato Bowen	Triante
Intelligenza Emotiva	Centro - San Gerardo
Introduzione alla mindfulness: il benessere consapevole	Centro - San Gerardo
L'angolo dell'avventura	Regina Pacis - San Donato
Leadership al femminile	Centro - San Gerardo
Lettura e commento del libro della Genesi	Cederna - Cantalupo
Lettura espressiva	Cederna - Cantalupo
Libera espressione adulti	Centro - San Gerardo



Settore Servizi Sociali  
Servizio Giovani, Pari Opportunità, Conciliazione, Centri Civici, Volontariato

Resp. Procedimento: d.ssa Emanuela Danili

<b>Corso</b>	<b>Centro Civico</b>
Liberamente: laboratorio artistico espressivo per adulti	San Rocco
Meditazione e Mindfulness	San Rocco
Mindfulness training: praticare la consapevolezza	Centro - San Gerardo
Olii essenziali e aromaterapia	San Biagio - Cazzaniga
Parlare in Pubblico	Cederna - Cantalupo
Parents in the storm- come sopravvivere ai figli adolescenti	Centro - San Gerardo
Psicomotricità di gruppo	Centro - San Gerardo / Regina Pacis - San Donato
Rilassamento Psico-Fisico	San Fruttuoso
Sahaja Yoga: Meditazione Spontanea	Regina Pacis - San Donato
Self Marketing: promuovere se stessi per trovare lavoro	Sant'Albino
Social Media Marketing: fare business con i social	Centro - San Gerardo
Sportello digitale: linee guida per imprese e professioni	Centro - San Gerardo
Stop Stress	San Fruttuoso
Storia del Cinema dalle origini agli anni 70	San Rocco
Tecniche di Negoziazione	Cederna - Cantalupo
Tecniche di rilassamento e meditazione	San Rocco
Web marketing	Centro - San Gerardo
Yoga	Centro - San Gerardo
Yoga del suono	San Rocco
Yoga e Meditazione	San Fruttuoso