



Liceo Statale “Ettore MAJORANA”

Scientifico, Linguistico, Scientifico opzione Scienze Applicate
Via Ratti, 88 - 20017 RHO (MI) tel. 029302358
Codice ministeriale MIPS120003 – Codice fiscale 93527280155
Sito web www.liceomajoranarho.edu.it
mips120003@istruzione.it PEC: mips120003@pec.istruzione.it



Rho, 17/11/2021

Agli Studenti
Alle Famiglie degli Studenti
Ai Docenti
Alla DSGA
Al Personale ATA
Al Sito

Circolare N. 119

OGGETTO: Incontri di pratiche meditative, esercizi di visualizzazione creativa, terapie immaginative, training autogeno

Si comunica che da lunedì 22 novembre 2021 inizieranno gli incontri della prof.ssa Laura Gusmini di pratiche meditative, terapie immaginative, training autogeno ed esercizi di visualizzazione creativa.

L'obiettivo degli incontri è quello di aiutare i partecipanti, attraverso le pratiche di Meditazione e Training autogeno, a rilassarsi, ad aumentare la sicurezza in se stessi e l'autostima, a migliorare l'umore, ad aumentare l'intuito e la saggezza interiore, a ridurre l'angoscia associata a ricordi traumatici.

Gli incontri si svolgeranno online nei seguenti giorni:

- Lunedì dalle 15.30 alle 16.30
- Mercoledì dalle 17.00 alle 18.00

Verrà inviato dalla docente il link per partecipare.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Dott.ssa Elisa Icazio
*(Firma autografa sostituita a mezzo stampa
ai sensi dell'art.3, c. 2 del D.lgs. n. 39/93)*