

PILLOLE DI LUCE

Che cosa sono?

Sono PICCOLE ESPERIENZE
inerenti l'Arte, la Cucina Naturale,
la Naturopatia, il mondo Olistico,
Il Suono come terapia...

Che puoi scegliere a tuo PIACERE e
della durata di 90 minuti, per REGALARTI,
un piccolo momento di Benessere e
ritagliarti uno spazio per te stesso/a



VIENI a PROVARE
le NOSTRE PILLOLE
di LUCE!!!



ASSOCIAZIONE CULTURALE

FANTASIARTE APS

L'Accademia d'Arte, Creatività
e Benessere
che ASPETTAVI!!!

STUDI ARTISTICI: Via 4 Novembre 11
37047 SAN BONIFACIO -VR-

Prenota il TUA ESPERIENZA a
PILLOLE DI LUCE telefonando al
3382423613 – 3891449559

o manda un messaggio
o manda una E-mail

a **INFO@FANTASIARTE.IT**
Instagram: fantasiarte_academy
Facebook: fantasiarte

PILLOLE DI LUCE

Regalati Una piccola Esperienza
ESPRESSIVA per STARE BENE!



SABATO di OTTOBRE
a Tua Disposizione!

Arte e Musica
Cucina Veg
Riflessologia
Naturopatia
Bagni di Gong

WWW.FANTASIARTE.IT

info@fantasiarte.it

Tel. 3382423613
3891449559



Mini Esperienze

per il TUO BENESSERE!



SABATO 05 OTTOBRE 2024

SABATO 12 OTTOBRE 2024

SABATO 19 OTTOBRE 2024

Piccole Esperienze/PILLOLA
di 90 minuti

- **1° TURNO ore 15.30-17.00**
- **2° TURNO ore 17.00-18.30**

Puoi iscriverti ad un'esperienza
di ogni SABATO, oppure DUE
ed usare entrambi gli orari
... a Tua Scelta!!!

CALENDARIO

“PILLOLE DI LUCE “:

Sabato 05 OTTOBRE:

- Laboratorio Pane Bio Pasta Madre
- Lab. Riflessologia Plantare
- Laboratorio Xilografia a Torchio
- Laboratorio Respiro e Movimento

Sabato 12 OTTOBRE:

- Laboratorio Cucina Veg
- Lab. Bagno di Gong
- Laboratorio Xilografia e stampa tessuti
- Laboratorio Naturopatia e Argilla

Sabato 19 OTTOBRE:

- Laboratorio Alimentiamoci con i Fiori
- Lab. Bagno di Gong e Campane
- Laboratorio Xilografia su cartoline
- Laboratorio Movimento Autentico e Musica



Prenditi cura di te.
Non avrai altro al mondo di così caro.
Massaggia le tue gambe stanche, la sera
sorprenditi sorridere tra le vetrine dei negozi nel via vai
del giorno.

Abbraccia le tue spalle almeno una volta al giorno,
e tocca i tuoi capelli con Amore.

Ama il tuo collo nascosto.
Adora i tuoi polsi agili.
Rispetta i tuoi piedi.
Prenditi cura di te.
Non avrai altro al mondo di così caro.

Nutri la tua mente,
lasciale molta corda per spiccare voli infiniti
e poi riprendila per le quotidiane faccende sociali.
Non dimenticare il suo enorme potenziale: onoralo.
Fai molta esperienza ma fermati un momento prima di
diventare superbo.

Sii audace senza metterti in pericolo.
Non avrai altro al mondo di così caro.
Stai da solo ma conosci gli altri.
Non pensare di essere il migliore
ma non crederti mai ultimo, anche quando lo sei.
Non giudicarti, analizzati.
Non odiare nessuno, rende frustrati.
Non disprezzare nessuno, rende ottusi.

Ogni cosa e persona e animale e pianta è un miracolo
nell'universo caotico.
Pensa in grande.
Domanda perché.
Prenditi il tempo per piangere
e poi prenditi il tempo per fartela passare, ma fattela
passare bene.
Non dimenticare.
E poi, cerca di amare il maggior numero di cose
almeno quanto ami te stesso. Rende liberi.

Poesia di A. Piccolo

