

## VareseNews

### Nuova serata dedicata al “Benessere”

**Pubblicato:** Lunedì 13 Febbraio 2012

Continua il ciclo di Conferenze proposte dal Comune di Gerenzano sul tema del **Benessere**, la prossima conferenza **sarà venerdì 17 febbraio alle ore 21.00 presso l'auditorium G.Verdi**, in via Manzoni 6, a Gerenzano. dal titolo "**Corpo, pensieri, emozioni... come uscire da ciò che non vogliamo dal labirinto quotidiano**"

«Spesso siamo imprigionati da ruoli, dai ritmi quotidiani, dal nostro passato e dall'immagine che gli altri hanno di noi – spiegano dal Comune -, questo spesso ci dà la sensazione di essere imprigionati. **La serata ha l'obiettivo di darci strumenti semplici e immediati** per imparare a percepire e muoverci in modo nuovo, per rompere gli schemi delle abitudini malsane riscoprendo il nostro reale Benessere».

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)