



LA CONNESSIONE CON LA NATURA NEGLI SPAZI BLU: ovvero come connettersi con l'acqua del fiume, del lago, del mare...

corso online

L'acqua è molto più di un semplice elemento naturale: è un potente alleato del benessere psicofisico, capace di influenzare le emozioni, ridurre lo stress e favorire stati di calma e rigenerazione.

Di cosa parleremo:

Biophilia e Neuroscienze: perché l'acqua ci attrae e come può migliorare il nostro umore e la nostra salute mentale.

La Relazione con l'Acqua: il suo significato simbolico, la rappresentazione culturale e il ruolo che gioca nella nostra percezione.

Le Proprietà Chimiche dell'Acqua: come influenzano il benessere fisico e mentale, dal riequilibrio del sistema nervoso agli effetti benefici sulla salute.

Questa lezione rappresenta il primo passo per comprendere la connessione profonda tra l'essere umano e l'ambiente blu, aprendo la strada a pratiche e tecniche esperienziali applicabili sia in ambito professionale che personale.

Manuela Renzi ha una formazione in Naturopatia, Ecopsicologia, Mindfulness e Medicina Orientale. Ha progettato e guidato numerose terapie forestali in diverse fasce di età, con una particolare passione per il lavoro con bambini e adolescenti. E' l'autrice di 'WILD BLUE', un corso FTHub specializzato nella Connessione con la Natura negli spazi blu.

Cresciuta in un ambiente centrato sul turismo montano, la natura, la sostenibilità e l'apprezzamento del territorio locale, Manuela ha scelto di dedicare il suo tempo a promuovere la salute e il benessere sia delle persone che del pianeta. I suoi sforzi appassionati includono l'organizzazione di eventi che supportano l'educazione ambientale, attività di benessere all'aperto, percorsi olistici, ritiri e trattamenti volti a coltivare l'amore per la natura.

info@culturanatura.it - 3356471440



INTERPRETARE E COMUNICARE
AMBIENTE E CULTURA

 www.culturanatura.it
 info@culturanatura.it
 +39.335.6471440