



## a rose is a rose is a rose



Associazione Femminile Rosa delle Donne

Lab-Oratorium domenica 28 aprile 2019 a cura di Bona Valchera e Mya Lurgo

- 9:30–10:00** Accoglienza
- 10:00** Presentazioni in cerchio e introduzione
- Significato del logo dell'Associazione Rosa delle Donne
- » Allineamento Integrale
  - » Attivazione delle tre Rune Maestre. Presenza e (per)Dono
  - » Presa di coscienza nero su bianco. Dinamica di cambiamento
  - » Le sveglie: un richiamo effettivo al contatto con il Sé
- La fioritura*
- » Meditazione Inside Light
- 11:30** Pausa tè, caffè, orzo, lupino... biscottini
- 12:00** *Mandala. La Nuova Coltivazione*
- » diSegno e manifestazione con colori alla mano
- 12:30–14:30** Buffet vegetariano
- 14:30** Passeggiata digestiva, chiacchiere e infine...
- » passo cadenzato e meditativo
- 15:00** *Land Art. Danza della Sorellanza*
- » rientro dal bosco
  - » rituale del fuoco e cerimonia della candela di Luce in Luce
- 17:00** Aperitivo e momento di convivialità

Presso Nellimya Arthouse, via Ur Stradon 11, 6994 Aranno — [www.rosadelledonne.ch](http://www.rosadelledonne.ch)

**Iscrizioni** via e-mail all'indirizzo [info@rosadelledonne.ch](mailto:info@rosadelledonne.ch) o telefonicamente: 076 / 366.83.46 oppure 079 / 626.70.38 e non oltre il 26 aprile 2019

**Pagamento** in sede: Chf 60.- pranzo incluso / + Chf 20.- per chi non è ancora socia-tesserata

☔ in caso di pioggia si rimanda a nuovo avviso