

AmoMe 2021



Amare sé stessi è il primo passo
verso una vita felice.

Conoscenza di sé, stile di vita, meditazione,
condivisione, silenzio, gioco, vitalità, benessere.

Con Aseel Roberto Barison

Percorso AmoMe

Programma e prezzi 2021

AmoMe Serate Esperienziali

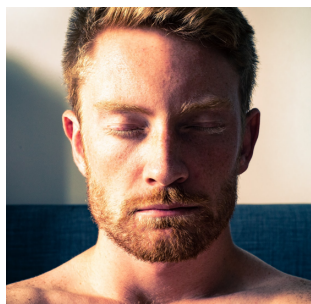
Si tratta di 12 serate, una ogni mese, aperte a chiunque voglia fare esperienza on line di tecniche ed attività di amore verso di sé. Esercizi di consapevolezza, meditazione, ballo e gioco saranno alla base delle serate.

Costo singola serata 15,00€ - Abbonamento per 12 serate 120,00€

Per le persone nuove la prima volta la serata sarà gratuita

Date: Ogni terzo giovedì del mese – 20.30-22.00

GEN	FEB	MAR	APR	MAG	GIU
GIO21	GIO18	GIO18	GIO15	GIO20	GIO17
LUG	AGO	SET	OTT	NOV	DIC
GIO15	GIO19	GIO16	GIO21	GIO18	GIO16



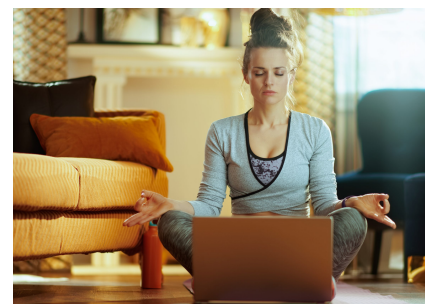
AmoMe Percorso Esperienziale On line – Livello 1: conosci te stesso

Il primo step del percorso AmoMe si compone di 5 serate di crescita personale sulla tematica dell'amore verso di sé. In particolare in questa prima parte il percorso è focalizzato sul riconoscere le principali dinamiche interiori che influenzano le proprie scelte e la possibilità di stare bene. Nel corso delle 4 settimane di corso, tra il primo ed il quinto incontro, ogni partecipante riceverà esercizi e tecniche a supporto dello sviluppo della propria consapevolezza interiore e dell'amore verso di sé.

Formazione, esercizi esperienziali, tecniche guidate di consapevolezza e meditazione, momenti di condivisione in coppia ed in gruppo.

Costo 125,00€ - 100,00€ per iscrizioni entro il 4 Febbraio

Date: dal 4 Marzo al 1 Aprile – orario 20.30-22.30



Giovedì 04 Marzo	Giovedì 11 Marzo	Mercoledì 17 Marzo	Giovedì 25 Marzo	Giovedì 01 Aprile
------------------	------------------	--------------------	------------------	-------------------

AmoMe Corso Percorso Esperienziale On line – Livello 2: manifesta te stesso

Il secondo livello del percorso si compone di 5 serate di formazione e pratica nell'uso di strumenti per la realizzazione del proprio Piano di Amore verso di sé. Il corso fornirà informazioni e stimoli funzionali alla creazione del piano e tecniche per introdurre nella propria vita nuove modalità di benessere e piacevolezza. Nel corso delle 4 settimane di corso, tra il primo ed il quinto incontro, ogni partecipante riceverà del materiale a supporto del proprio Piano d'Amore verso di sé.

Formazione, esercizi esperienziali, tecniche di focalizzazione dei propri obiettivi di benessere, strumenti per concretizzare il cambiamento, momenti di condivisione in coppi ed in gruppo.

Costo 125,00€ - 100,00€ per iscrizioni entro il 20 Marzo

Date: dal 22 Aprile al 27 Maggio – orario 20.30-22.30

Gio 22 Aprile	Gio 29 Aprile	Gio 06 maggio	Gio 13 Maggio	Gio 27 Maggio
---------------	---------------	---------------	---------------	---------------



AmoMe Vacanza

Si tratta di una vacanza di benessere della durata di 4 gg presso l'Agriturismo le Torracce di Valfabbrica (PG). Durante questa esperienza verranno create numerose opportunità per svolgere attività di consapevolezza e meditazione e condividerle con altre persone in un clima di amorevolezza, accoglienza e positività.

Costo 125,00€ - 100,00€ per iscrizioni entro il 31 Luglio NB. Questo costo è riferito unicamente alle attività; vitto e alloggio a partire da 60,00€ al giorno

Date: da giovedì 2 a domenica 5 Settembre



CONTATTI

Per informazioni ed iscrizioni

info@aseelrobertobarison.com

www.aseelrobertobarison.com

Facebook: Aseel Roberto Barison

WhatsApp 3201927362



Aseel Roberto Barison

Sono un Counselor Olistico e mi occupo di accompagnare e supportare le persone nella loro crescita personale e nella loro formazione umana e professionale.

Nel 2018 ho creato AmoMe per far confluire i miei vent'anni di esperienze in un percorso individuale dove ogni partecipante abbia la possibilità di sperimentare tecniche finalizzate a sviluppare la conoscenza di sé e manifestare concretamente le proprie capacità, abilità e talenti. L'obiettivo è quello di mettere le basi per una vita piena e soddisfacente partendo dall'accogliere con amorevolezza chi siamo, lasciando andare i giudizi o le aspettative di performance collegate all'essere. Il punto non è cambiare chi siamo, ma imparare a diventare responsabili di quello che scegliamo di fare per rispondere .