



A.S.D. Sport and Mind – Atarashi Kuki

Via Rosmini 1/G – 10126 Torino

Facebook: *ASD Sport and Mind*

website *sportandmind.net*

Un nuovo appuntamento con il Diario di Psiche:

LIFESTYLE GROUP

OTTOMANI

ESSERE IN SALUTE VUOL DIRE CAMBIARE

STILE DI VITA



Serata di Presentazione gratuita 1 Dicembre ore 21

Partecipazione e informazioni 3483349557

Questo nuovo approccio nasce dal lavoro congiunto di professionisti (**medico, psicologo, nutrizionista, preparatore atletico**) ed intende accogliere la persona nel suo insieme.

Come in un laboratorio creativo di consapevolezza e nutrizione del corpo e della mente ci si potrà raccontare, confrontandosi all'interno di un team specializzato.

Saranno previsti incontri al fine di porre l'attenzione su alimentazione, attività fisica, salute, emozioni e stati d'animo.

Spesso questi aspetti non vengono considerati insieme, ed è proprio tale elemento che rende il progetto OTTOMANI e i professionisti che ne fanno parte uno strumento a portata del cliente, l'unico vero protagonista!

L'obiettivo comune sarà quello di partire dalle esigenze della persona, ascoltando quello che è il suo mondo interno ed esterno, per arrivare, come in un gioco d'incastri, alla costruzione della sua riuscita.