



L'OFFICINA CREATIVA VI INVITA

Legami di Luce

Momenti condivisi mamma e bambino

Astrologia • Creatività • Cucina sana e golosa • Yoga



DOMENICA 15 NOVEMBRE 2026

15:00 – 17:15 | GENTILINO

Un pomeriggio speciale per mamme e bambini dai 6 ai 10 anni

IL PROGRAMMA

15:00 – 15:15

Benvenuti!

Accoglienza e sistemazione negli spazi.

☾ PER LE MAMME ☾

15:15 – 16:00

Alla scoperta dei propri figli attraverso l'astrologia, con Stefania.



16:00 – 16:30

Alimentazione sana e golosa: spunti e consigli pratici con Selene.



16:30 – 17:00

Merenda insieme

Un momento da condividere, gustando le preparazioni dei bambini.

17:00 – 17:15

Una coccola finale

Yoga mamma-bambino: un momento dolce di riconnessione e calma. Consegna del lavoretto e saluti.

♥ PER I BAMBINI ♥

15:15 – 16:00

Mani in Pasta: laboratorio di cucina con Selene.



16:00 – 16:30

I Sentieri del Cuore: laboratorio creativo con Thea.



CON VOI

Stefania Cavadini

Attiva nella formazione
e nella consulenza astrologica
www.attraverso.ch

Selene Cramer

Esperta in educazione alimentare
selene.nutrizione@gmail.com

Thea Joos Lubiana

Insegnante di yoga per adulti e bambini
www.clearvibes.ch

CONTRIBUTO LIBERO • POSTI LIMITATI

Info e prenotazioni: ☎ **079 395 27 23**