

# Ottobre

## 2023 *eventi gratuiti*



PER INFO E ISCRIZIONI



### RISERVA NATURALE 'LA FAGIANA'

#### Pontevecchio di Magenta

29  
Ottobre

#### BOSCO LIBERAMENTE 15:00-18:00

Sfruttando i principi della disciplina silvoterapica, grazie alla quale passeggiando nei boschi si possono ottenere benefici psico-fisici, vi proponiamo un'escursione dedicata alla scoperta dei benefici dei bagni di foresta attraverso esercizi di respirazione e attività esperienziali, tra cui l'ascolto della musica delle piante.

*Guida: Valentina Anello cell. 339 5638715*

Con il contributo di

