



# CONVITE: MEDITAÇÃO

Vamos emergir nossa PAZ e silêncio!  
Ampliando o autocuidado e níveis  
mais sutis de percepção.

- Atividades sutis corporais e atenção plena:  
**Bodyfullness**
- Respiração sutil que auxilia na pacificação da mente em tempos de Pandemia
  - Conduzido por Gabriela Agostinho e Larissa Chiorlin

TEMA DO DIA :

**Respirando  
por mim e  
por todos**

**27/05/2021  
das 20:00 às 21:00**

<https://us02web.zoom.us/j/88464805915>