



Atelier Il Salice

Snoezelen • Psicologia

Cos'è lo snoezelen?

Snoezelen significa "Rilassarsi utilizzando i sensi".
Lo sviluppo sensoriale avviene nel periodo da 0 a 3 anni, poi diventa un supporto per tutta la vita.

Gli effetti che lo snoezelen può portare sono molto legati al benessere psicofisico, ad esempio:

- calma mentale e concentrazione
- connessione interiore
- stimolazione di creatività e autenticità
- riduzione di ansia e stress
- prevenzione del burn out
- predisposizione all'apprendimento



Per chi è lo snoezelen?

Lo snoezelen si rivolge a tutti, di seguito la mia proposta:

- sedute individuali mamma - prendi del tempo per te
- sedute in famiglia - tempo di qualità, presenza e amore senza distrazioni
 - sedute mamma bebè - la forza del primo legame
- sedute in piccoli gruppi (bambini) - manine che scoprono e occhi che si meravigliano

Contatti

Sara Graf
psicologa FSP • operatrice snoezelen ISNA
✉ grafsara3@gmail.com
☎ +41797414814

presso es-pressione • studio di arteterapia
via Stefano Franscini 2
6833 Vacallo

