



PERCORSO IN PRESENZA

MINDFULNESS PIENA CONSAPEVOLEZZA CORSO PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS

Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR

EDIZIONE aprile-giugno 2026 IN PRESENZA!

INCONTRO DI PRESENTAZIONE

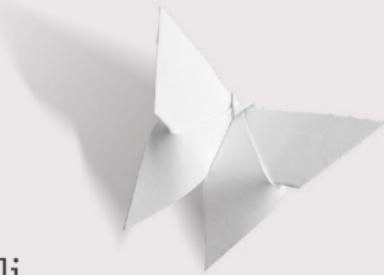
Mercoledì 18 febbraio ore 19,00

Presso Costruttivamente - la persona al centro
in via Chiesanuova, 242/2 a Padova

Per motivi organizzativi vi preghiamo di iscrivervi alla presentazione gratuita e
senza impegno telefonando allo 0498716699 o inviando e-mail a
consapevolezzamsr@gmail.com

La felicità è una farfalla che,
quando la inseguiamo,
ci precede sempre di un soffio;
ma che, se ci sediamo tranquilli,
può venire a posarsi su di noi.

Howe, 1885



NB PREISCRIZIONI ENTRO LUNEDI' 23 FEBBRAIO ORE 12.00

Il percorso si svolgerà IN PRESENZA:

il MARTEDÌ' dalle 19.00 alle 21.30 circa nelle seguenti date:

Aprile: 14, 21, 28

Maggio: 5, 12, 19, *domenica 24, 26

Giugno: giovedì 4

* Domenica 24.05 è prevista una GIORNATA DI PRATICA INTENSIVA
dalle ore 10 alle ore 17

Per informazioni ed iscrizioni:

Tel. 049 871.66.99

E-mail: consapevolezzamsr@gmail.com

**Il percorso si svolgerà presso Costruttivamente - la persona al centro
in via Chiesanuova, 242/2 a Padova**