

MINDFULNESS PIENA CONSAPEVOLEZZA

CORSO PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS

Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR

INCONTRO DI PRESENTAZIONE

Venerdì 20 settembre 2019
alle ore 21.00

ROMA – Collegio Internazionale "Seraphicum"
Via del Serafico, 1

PER INFORMAZIONI:

E-mail: consapevolezzaMBSR@costruttivamente.it
Tel. 049 871.66.99

Il corso si terrà seguenti date:

Settembre: Venerdì 27
Ottobre: Venerdì 4 – Sabato 12 – Venerdì 18 – Venerdì 25
Novembre: Venerdì 8 – Venerdì 15 – Venerdì 22

Giornata intensiva:

Domenica 17 Novembre, dalle 10.00 alle 17.00

Orari:

Corso pomeridiano dalle 17,00 alle 19,00
Corso serale dalle 20,00 alle 22,00

Istruttori abilitati AIM (Associazione Italiana per la Mindfulness): Antonella Stella e Cristina Antonia Sabbion

