

CORSO LIVE ONLINE SU PIATTAFORMA ZOOM

MINDFULNESS PIENA CONSAPEVOLEZZA

CORSO PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS

Mindfulness-Based Stress Reduction – MBSR

EDIZIONE GENNAIO-MARZO 2025

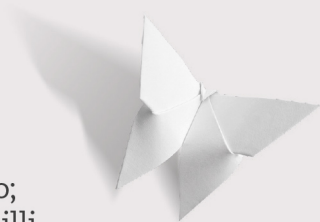
INCONTRO DI PRESENTAZIONE

Giovedì 16 gennaio 2025
alle ore 20.30 su piattaforma ZOOM

Per motivi organizzativi vi preghiamo di richiedere il link per accedere alla partecipazione alla presentazione gratuita e senza impegno telefonando allo 0498716699 o cliccando sul seguente link:

<https://forms.gle/Yni4tcGeTQHAhZz98>

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

Il percorso si terrà ONLINE su piattaforma zoom

il VENERDI' dalle 19.30 alle 22.00 nelle seguenti date:

Gennaio: venerdì 24 - venerdì 31

Febbraio: venerdì 7 - venerdì 14 - venerdì 21

Marzo: **lunedì 3**, venerdì 7, **sabato 8***, venerdì 14

POMERIGGIO DI PRATICA INTENSIVA

***Sabato 8 febbraio dalle 15.00 alle 19.00**

Per informazioni:

Tel. 049 871.66.99

E-mail: consapevolezzambsr@gmail.com

Il percorso si terrà live online utilizzando la piattaforma ZOOM.

Iscrizioni entro domenica 19 gennaio cliccando qui:

<https://forms.gle/vQhL51jNvbTaZWJx5>