



Fondazione
**Centro
per la famiglia**
Cardinal Carlo Maria Martini Onlus
CONSULTORIO VIMERCATE

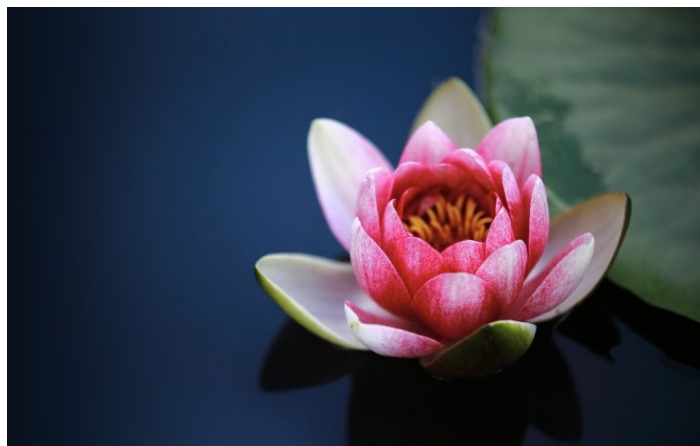
Via Mazzini, 33 - 20871 Vimercate (MB) - 039 66 64 64
info.vimercate@fondazionemartini.org - www.fondazionemartini.org

MINDFULNESS

-PER LA RIDUZIONE DELLO STRESS E IL

BENESSERE PERSONALE-

*Per l'occasione saranno esposte opere di
giovani artiste del territorio*



In occasione della

Giornata Internazionale per l'eliminazione della violenza contro le donne
serata Mindfulness: uno spazio dedicato al prendersi cura di sé, per sviluppare un stato di serenità mentale con i propri pensieri e la promozione del benessere psicofisico.

Un incontro al femminile, dedicato alla mente, al corpo, alla scoperta di sé stesse, un momento di scambio e apertura per sentirsi accolte e ascoltate

Venerdì 29 Novembre alle ore 19,30

Conduce la Dott.ssa Paola Acca, Psicologa Clinica-Istruttrice Mindfulness

L'accesso è gratuito, l'iscrizione obbligatoria.

Segreteria: da Lunedì a Venerdì 8,30-12,00 / 13,30-18,00

Tel: 039.66.64.64

e -mail: prenotazioni.vimercate@fondazionemartini.org

SOSTIENI LA TUA FONDAZIONE

IBAN IT 49H 08453 33920 000000 502798 CAUSALE: DONAZIONE PRO CONSULTORIO

DONA IL TUO 5X1000: C.F. 91581890158

Fondazione Centro per la Famiglia Cardinal Carlo Maria Martini

Piazza Nazionale, 9 - 20056 Trezzo sull'Adda

FAMIGLIA
E SALUTE
AL CENTRO