

ATTIVITA' IN CO-PROGETTAZIONE TRA IL DIPARTIMENTO DI SALUTE MENTALE E DIPENDENZE PATOLOGICHE

E ASSOCIAZIONI C.U.F.O.

# Laboratorio di Mindfulness

Incontri settimanali per svuotare la mente, ascoltare il proprio respiro e il proprio corpo, distendersi, recuperare calma e serenità.

Ciclo di 10 incontri di lunedì pomeriggio dalle 15,30 alle 17

presso la Casa di Tina, via Corticella 6 a Bologna,

con inizio il 20 aprile.

Il laboratorio verrà condotto da Maurizio Malvezzi, educatore iscritto alla Federazione Mindfulness Italia

