

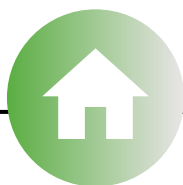


Fondazione
**Centro
per la famiglia**
Cardinal Carlo Maria Martini
CONSULTORIO CERNUSCO



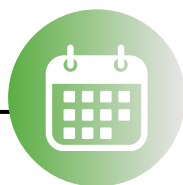
MINDFULNESS

Mindfulness significa attenzione consapevole al momento presente in modo non giudicante. Il percorso si svolge in gruppo ed è adatto a chiunque voglia aumentare il proprio benessere psicofisico e modificare i meccanismi mentali automatici che inducono stress e ansia.



DOVE

**Consultorio di
Cernusco sul Naviglio**
Piazza G. Matteotti, 20



QUANDO

**SU
PRENOTAZIONE**



SERVIZIO A PAGAMENTO

La partecipazione
prevede un
contributo di
60,00€

**Il gruppo verrà avviato al raggiungimento
del numero minimo di 6 iscritti**



Per iscrizioni o informazioni:

info.cernusco@fondazionemartini.org - tel 029241342