

Domenica 28 Gennaio 2018 ore 9.30-15.30

**MINDFULNESS:**  
**Giornata Intensiva**  
presso Tages Onlus - Firenze

UN INCONTRO DI RICHIAMO ALLA PRATICA  
DEDICATO A CHI HA GIÀ PARTECIPATO A  
PERCORSI MBSR o MBCT

## Chi può partecipare?

Possono partecipare tutti coloro che hanno già svolto gruppi MBSR o MBCT

## Come iscriversi?

Per iscriversi basta inviare una email a [info@tagesonlus.org](mailto:info@tagesonlus.org), chiamare il numero 055-679037 o compilare il form sul sito alla pagina eventi

## Come funziona?

La giornata intensiva rappresenta un momento fondamentale per la pratica mindfulness in contesti di gruppo. I partecipanti sperimenteranno momenti di piena consapevolezza attraverso la pratica e la condivisione di specifiche meditazioni.  
Il costo per l'intera giornata è di euro 50