

Sabato 3 Febbraio 2018 ore 11-13

INTRODUZIONE ALLA MINDFULNESS E AI SUOI PERCORSI

presso Tages Onlus - Firenze

UN SEMINARIO GRATUITO PER CONOSCERE
DA VICINO LA MINDFULNESS
ED I CORSI OFFERTI DAL NOSTRO CENTRO

I TEMI DEL SEMINARIO:

- ✓ Origini ed applicazioni della Mindfulness
- ✓ I protocolli MBCT e MBSR
- ✓ La Mindfulness all'interno della psicoterapia
- ✓ Le applicazioni della Mindfulness per l'infanzia e per la coppia
- ✓ Esercizi esperenziali

I RELATORI DEL SEMINARIO:

Dott. Simone Cheli
Dott.ssa Sefora Di Natale
Dott.ssa Gloria Pansolli