

POSTI LIMITATI
PRIMO INCONTRO: 10€

NEMBRO

8 incontri di MINDFULNESS per DONNE
CHE "MA COME FAI A FARE TUTTO!"

MINDFUL MAMA

ALLEGGERIRE IL CARICO MENTALE E
COLTIVARE LA QUALITÀ DELLE
GIORNATE E NELLE RELAZIONI

TECNICHE PRATICHE E MOMENTI DI
CONDIVISIONE

ISTRUTTRICE: Dott.ssa
Manuela Simionato.
Counselor, Life Coach,
Moon Mother



Ogni Mercoledì
dal 4 novembre alle 9.30
Presso la Biblioteca
Centro Cultura di Nembro