

# Serata gratuita sui Benefici della Mindfulness



Luogo **Veneto, Venezia**  
<https://www.annunci.it/x-471821-z>

\*\*\*\*\* EVENTO GRATUITO - POSTI LIMITATI \*\*\*\*\*  
\*\*\*\*\* CONFERMA DI PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA \*\*\*\*\*

Per iscriverti alla serata gratuita, compila il modulo online al seguente link:  
<https://stellaalexandria.wixsite.com/stellaalex.../contact>

Oppure scrivimi i tuoi dati:  
stella.alessandria@gmail.com  
WhatsApp 349 133

Sarò felice di accompagnarti verso la consapevolezza e la serenità!  
Ti aspetto,  
Stella

Regalati un viaggio nel benessere con la Mindfulness

Prenditi cura di te, delle tue sensazioni, delle tue emozioni e dei tuoi pensieri in modo gentile e non giudicante attraverso la pratica della Mindfulness

Perché iscriverti a questo percorso Mindfulness?  
Completa il corso Mindfulness e indica i tuoi risultati.  
Se vuoi mantenere sotto controllo il tuo equilibrio psicofisico.  
Completa un cambiamento nel tuo comportamento e abbi meno reazioni cattive.

Se vuoi imparare a gestire le tue emozioni e non sentirti più in balia di esse

Se vuoi stabilire un contatto con te stesso a un ritmo di vita più lento e in armonia con i bisogni della tua natura, non ti serve più essere costretto a una vita di routine.

Se hai bisogno di riprendere in mano la tua vita e sentirne tutto il suo profumo

Partecipa alla presenza al prossimo percorso Mindfulness per la riduzione dello stress e la gestione dell'ansia.

[sui](#) | [Mincio](#)  
[sui](#) | [Mincio](#)

<https://www.annunci.it/x-471821->

---

8 incontri di giovedì sera  
Dal 15 febbraio al 4 aprile 2024  
Dalle 19:30 alle 21:30

Per saperne di più, conoscere me e il mio approccio e soprattutto per sperimentare gli effetti benefici della Mindfulness

Vieni alla serata di presentazione gratuita  
Quando? giovedì 1 febbraio 2024  
A che ora? dalle 19:15 alle 20:30  
IMPORTANTE: posti limitati solo su prenotazione

presso PSICOLOGIA E MINDFULNESS VENEZIA  
Via Pescheria Vecchia 26 - Mestre (VE)  
a pochi passi da Piazza Ferretto

Info costo e iscrizione entro 10/02 - posti limitati solo su prenotazione  
WhatsApp 349 133

Promozioni per chi si iscrive in coppia o porta un amico!  
Prezzo speciale per studenti Chiudi