ALLA RICERCA DELL'EQUILIBRIO PERDUTO

Un mini percorso sulla meditazione Mindfulness per imparare a prendersi cura di sé stessi e a vivere in modo più sano, imparando ad adattarsi alla circostanze della vita e a gestire lo stress.

Sabato 15 Settembre, 6 Ottobre e 27 Ottobre
Ore 18.00
Presso la sede dell'Associazione Psyché Onlus

EMOZIONI IN TAVOLA

Corpo e mente sono un'unità inscindibile ed il nostro stile di alimentazione è un'espressione del nostro modo di essere e delle nostre emozioni, oltre ad avere ripercussioni sul nostro corpo. Proviamo ad interrompere i circoli viziosi.

Sabato 17 Novembre, 1 Dicembre e 15 Dicembre
Ore 18.00
Presso la sede dell'Associazione Psyché Onlus

La partecipazione alle attività sopra elencate è gratuita a fronte del tesseramento annuale del costo di 20 Euro.

Nei mesi di Ottobre e Novembre 2018 si terranno gli incontri della quarta edizione dell'*Autunno Psicologico.*
Date e luogo saranno comunicati a ridosso di tale periodo.
La partecipazione agli incontri è aperta anche ai non tesserati.

Psyché, le emozioni danno forma alle idee.

PSYCHÉ onlus

SEDE: Via Aldo Moro, 42 - 76011 - Bisceglie (BT)
E- MAIL: associazionepsycheonlus@gmail.com
SITO: http://psycheonlus.wix.com/website
PAGINA FACEBOOK: Associazione Psyché Onlus
RECAPITI TELEFONICI:
Presidente – Dott.ssa Maria Celeste PETRELLI (psicologa psicoterapeuta) 3405991607
Dott. Roberto ANCONA (psicologo psicoterapeuta) 3451109148
Dott. Mauro DELL'OLIO (psicologo) 3384615395