

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ATS Montagna
ASST Valtellina e Alto Lario



COMUNITÀ MONTANA
Alta Valtellina

Centro per la Famiglia Diffuso

In collaborazione con
Comunità Montana Alta
Valtellina

Percorso Mindfulness per la riduzione dello stress attraverso il protocollo MBSR

*“Mindfulness è coltivare la consapevolezza
della mente e del corpo nel qui e ora.”*

A partire da lunedì 3 febbraio
ogni lunedì per 8 INCONTRI
dalle ore 17.30 alle ore 20.00
in Via Agoi, 8 Bormio



IL SERVIZIO È GRATUITO, NECESSARIA ISCRIZIONE
ENTRO IL 29 GENNAIO CONTATTANDO:

CENTRO PER LA FAMIGLIA DI BORMIO | centroperlafamiglia.bo@asst-val.it
Segreteria c/o Consultorio Familiare di Bormio 0342-909262

Programma realizzato nell'ambito dell'iniziativa

“ATTUAZIONE DELLE LINEE GUIDA PER LA SPERIMENTAZIONE DEI CENTRI PER LA FAMIGLIA DI CUI ALLA D.G.R. 1507/2023”
Finanziato da Regione Lombardia con il Fondo per le politiche della famiglia della Presidenza del Consiglio dei ministri