



Stiamo attraversando un momento storico difficile.
Sia nella vita privata che sul lavoro, emerge l'importanza della consapevolezza e di un ampio corredo di competenze per poter attraversare i cambiamenti in modo funzionale.

Poter portare, nelle cerchie familiari e in quelle professionali, un apporto funzionale a noi e agli altri, è una risorsa. Da tutto questo, e da molto altro ancora, nasce il percorso:

"Alla Ricerca del Graal"

FORMAZIONE MINDFULNESS INSIGHT

Neuroscienze & Mindfulness: un approccio pratico per sviluppare capacità di presenza, consapevolezza, coerenza.

Un corso che consente di acquisire competenze approfondite di Mindfulness, per uso personale e per trasmettere ad altri strumenti di ben-essere.

CORSO ONLINE

