

**PROGETTO BENESSERE 2023 : ARMONIA MENTE-CORPO**

# MEDITAZIONE e MINDFULNESS

supporto emozionale dopo un tumore al seno

a cura di **SARA FRANCESCHINA**, Insegnante Yoga



**DA MARZO 2023 INCONTRI SETTIMANALI DI GRUPPO**

PER DONNE IN FOLLOW UP ONCOLOGICO DA MENO DI 5 ANNI

il MARTEDI' MATTINA ore 10.00-11.00

oppure il GIOVEDI' SERA ore 17.00-18.00

c/o ANYMA YOGA (C.SO BOTTA 18- IVREA)

Per info: [segreteria@adod-odv.it](mailto:segreteria@adod-odv.it) oppure 3496958830

Prenotazioni: [anyma.ivrea@gmail.com](mailto:anyma.ivrea@gmail.com)

SINO AD ESAURIMENTO POSTI

Partecipazione **GRATUITA**