



Imparare ad Accettare gli Altri e Noi stessi ai tempi del COVID-19

Il Dott. Antonio Petracca condurrà

Incontri online di COMPASSIONATE MIND TRAINING

**In diretta Zoom da
Martedì 27 Ottobre 2020
dalle ore 19.00 alle 20.15**

Nel corso delle Sessioni di gruppo, aperte a tutti, si introdurrà il concetto di compassione (verso noi stessi e gli altri). Le numerose pratiche di meditazione e visualizzazione aiuteranno i partecipanti a sviluppare sicurezza e resilienza e una maggiore capacità di accettare e supportare se stessi in questo momento di incertezza.

Per Info e Iscrizioni

Mail antonio.petracca@virgilio.it

Tel 339-8659189



**Compassionate Mind
ITALIA**