

## Istruttori

### Irene Guglieri,

Psicologa psicoterapeuta, ha conseguito l'abilitazione di istruttore di protocolli Mindfulness-based con AIM Associazione Italiana Mindfulness. Svolge la propria attività principale presso l'Istituto Oncologico Veneto IOVIRCCS di Padova, con particolare riferimento all'accompagnamento consapevole nelle fasi avanzate e terminali di malattia

### Giovanni Foffano,

Assistente Sociale, laureato in politiche e servizi sociali, ha conseguito l'abilitazione di istruttore di protocolli Mindfulness-based con AIM Associazione Italiana Mindfulness. Da vari anni si dedica allo studio e alla pratica di discipline per lo sviluppo di consapevolezza.

### Dove:

Centro di spiritualità "S. Doretea"

Via sottocastello , 11

ASOLO (TV)

### Quando:

2 - 4 Ottobre 2015

### Per informazioni e iscrizioni:

Tel.: 3485204514

E-mail:

centrovenetomindfulness@gmail.com



Con il patrocinio di



**Associazione Italiana per la Mindfulness**



Centro Veneto per la Riduzione dello Stress

MINDFULNESS-BASED PROTOCOLS

*“Affrontare le difficoltà della vita con metodi che conducano a soluzioni efficaci e ad uno stato di armonia interiore è un’arte. Un elemento di quest’arte consiste nell’orientare la nostra vita in modo tale da servirci della pressione generata dal problema stesso per attraversarlo, proprio come un navigante orienta la vela per utilizzare la pressione del vento. [...]”*

*Ma, se sappiamo orientare la nostra vela ed essere pazienti, spesso arriviamo alla meta che ci siamo prefissati.[...] Sviluppare le capacità occorrenti per affrontare efficacemente le varie condizioni atmosferiche della tua vita è precisamente lo scopo dell’addestramento dell’arte di vivere consapevolmente”.*

*(Jon Kabat Zinn)*

[www.centrovenetoriduzionestress.it](http://www.centrovenetoriduzionestress.it)

Per informazioni e iscrizioni:

Tel.: 3485204514

E-mail:

centrovenetomindfulness@gmail.com



Centro Veneto per la Riduzione dello Stress

MINDFULNESS-BASED PROTOCOLS

## Integrare la mindfulness nella vita quotidiana

### Semi di consapevolezza



**2 - 4 Ottobre 2015**

Centro di spiritualità "S. Doretea"

Via sottocastello , 11

ASOLO (TV)

