

# CORSO DI MINDFULNESS

Per il benessere del corpo e della mente

*Dott.ssa Valentina Dal Col*

*PSICOLOGA E SPECIALIZZANDA IN PSICOTERAPIA*



*Incontri di gruppo per apprendere un metodo funzionale di gestione degli eventi stressanti legati alla vita quotidiana e migliorare il benessere psicofisico.*

**Sede:**

Presso Studio Privato di Psicologia  
Via Schiavonesca Vecchia 23, Nervesa della Battaglia (TV)

**Attività e destinatari:**

Ciclo di otto incontri per adulti a cadenza settimanale di un'ora e mezzo ciascuno.  
Necessario un primo colloquio individuale

**Per ulteriori informazioni ed iscrizioni contattare:**

Tel. 3288448437

E-mail [valentina.dalcol@ordinepsicologiveneto.it](mailto:valentina.dalcol@ordinepsicologiveneto.it)

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