



Società Italiana di Psicologia  
Educazione e Artiterapie



# WORKSHOP GRATUITO

## MINDFULNESS, VITA, LAVORO

Coltivare la Consapevolezza nella vita di lavoro

## Corso di sviluppo personale

CONDUCE MASSIMO TOMASSINI, DOCENTE DI APPRENDIMENTO ORGANIZZATIVO  
(UNIVERSITÀ DI ROMA3), COUNSELOR DI GRUPPO, MINDFULNESS TRAINER

**TI ASPETTIAMO**

**SABATO 3 DICEMBRE**

**DALLE 10.00 ALLE 12.00**

**PRESSO LA NOSTRA SEDE IN**

**VIA DEGLI ETRUSCHI 5/A**

**(ZONA SAN LORENZO)**

Lavorare efficacemente, **trovare il proprio spazio** in contesti difficili, rapportare i propri ritmi fisici e mentali con quelli dell'organizzazione: sono esigenze pressanti per chi lavora in ambienti nei quali predominano complessità e incertezza. Il corso propone la pratica di *mindfulness* - nel suo senso originario di **cura della consapevolezza** e della presenza mentale - come perno di uno specifico percorso **sviluppo personale**.

LA PRENOTAZIONE È **OBBLIGATORIA** E PUÒ ESSERE  
EFFETTUATA TRAMITE:



06 4465977



320 7697599



info@sipea.eu

Per ulteriori informazioni puoi contattarci in segreteria al tel. 06 4465977 il lunedì, mercoledì, venerdì ore 10,00 - 13,00, o visita il nostro sito [www.sipea.eu](http://www.sipea.eu) sezione [crescita personale](#).