



e



Organizzano:

Corso di Meditazione

**TI PIACEREBBE RIDURRE L'IPERTENSIONE,
L'ANSIA E GESTIRE LA RABBIA?**

**Vieni in Auser e partecipa ai 10 incontri in
cui:**

**IMPARERAI A MEDITARE, AD AVERE PIÙ CALMA
E A GESTIRE MEGLIO GLI STATI D'ANIMO CHE
NON TI PIACCIONO OLTRE CHE METTERE IL TUO
CERVELLO IN CONDIZIONE DI
AUTORIGENERARSI**

**Tutti i venerdì dalle ore 11:00 alle ore 12:00 a
partire dal 11 Ottobre presso la sede AUSER di via
Repubblica 15 Novate Milanese (per i soci AUSER)**

Contributo di partecipazione € 100

Per informazioni e iscrizioni telefonare

**lunedì - mercoledì - venerdì dalle ore 09:30 alle ore 12
tel. 328 875 8100**