



# CORSO di MINDFULNESS

A partire da lunedì **16 ottobre** ad Alba.

*Un percorso di 8 incontri per te  
all'insegna del benessere e della  
consapevolezza.*

*Orario: dalle 21.00 alle 22.30.*

*Costo: 150€ (incluso materiale e CD con meditazioni).*

Per informazioni o prenotazioni:

Istinto e Psiche - Via Romita 3/2 – Alba

[info@istintoepsiche.it](mailto:info@istintoepsiche.it)

Dott.ssa Elisabetta Marengo 333-3621556

