



BANCA DEL TEMPO E DEI SAPERI

con il patrocinio del
COMUNE DI BUCCINASCO

nell'ambito del progetto



RACCONTAMI, RACCONTATI

organizza un incontro aperto a tutti

LUNEDÌ 30 MARZO 2026

dalle ore 17 alle 18

Sala Consiliare | via Vittorio Emanuele II, 7



Mindfulnessperhsp

LA FORZA DELLA SENSIBILITÀ

*Mindfulness e alta
sensibilità
come via evolutiva:
dalla reattività alla
presenza*

a cura della dott.ssa Sara Gisondi

*Insegnante di protocolli basati sulla mindfulness e
sulle pratiche contemplative MindfulnessTrainer per HSP*

Per contattarci email: bdtbuccinasco@gmail.com

Segreteria tel. 0245715758

lunedì dalle 10 alle 11.30 - martedì, mercoledì, giovedì dalle 16 alle 18