



Sostenibilità  
in Lombardia

Sistema Socio Sanitario



Regione  
Lombardia

ATS Insubria



PROGETTO FAST FAMILY  
presenta

# MINDFUL CREW

PERCORSO GRATUITO DESTINATO AI RAGAZZI  
DALLA SECONDA ALLA QUINTA SUPERIORE

CONOSCIAMO IL POTERE DELLA MINDFULNESS  
PER STARE BENE CON NOI STESSI E CON GLI ALTRI.

## 8 INCONTRI DI GRUPPO

23 NOVEMBRE  
5 / 21 DICEMBRE (FESTA DI NATALE)  
11 / 25 GENNAIO  
8 / 22 FEBBRAIO E 7 MARZO

+ POSSIBILITÀ DI AGGIUNGERE  
INCONTRI INDIVIDUALI

IL GIOVEDÌ  
DALLE 17.30 ALLE 18.30

Alla ricerca del potere della  
consapevolezza con i tuoi  
compagni di gruppo

*verrà fissato un momento di presentazione del percorso  
concordato con le famiglie iscritte*

**CENTRO PER LA FAMIGLIA - Via Garibaldi, 24 - Mariano Comense**  
PER INFO E ISCRIZIONI: **347 9922708** ● [info@centrofamigliamariano.it](mailto:info@centrofamigliamariano.it)

Programma nell'ambito dell'iniziativa "SPERIMENTAZIONE CENTRI PER LA FAMIGLIA" promossa e finanziata da Regione Lombardia

