

# Taller MINDFULNESS

- Destinado a todas las pacientes que estén actualmente en tratamiento o hayan estado en TRA, que lo deseen (también pueden venir sus familiares)
- Introducción a Mindfulness y presentación **del PROGRAMA MINDFULNES EN TRA.**

## ❖ Programa

- 4 SESIONES, DE 1 HORA Y MEDIA DE DURACION
  - 4 SEMANAS CONSECUTIVAS
  - EN HORARIO DE MAÑANA o TARDE
  - ( jueves de 10h a 1130h o jueves de 18h a 1930h)
  - PROGRAMA 80% EXPERIENCIAL
- 
- La presentación del taller será el **27 de junio** de 18h a 1930h en la CLINICA REPRODUCCION BILBAO
  - **GRATUITO**  
(reserva tu plaza preguntando en Recepción)

