

# 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 MINDFULLNES EN TRA.**
  - ❖ Programa Mindfulness en TRA:
    - 4 SESIONES, DE 1 HORA Y MEDIA DE DURACION
    - 4 SEMANAS CONSECUTIVAS
    - EN HORARIO DE MAÑANA y TARDE  
( jueves de 10.00h a 12.30h o jueves de 18.00h a 19.30h)
    - PROGRAMA EXPERIENCIAL
- El taller será el **19 de SEPTIEMBRE** de 18.00h a 19.30h en la CLINICA REPRODUCCION BILBAO
- **TALLER DE PRESENTACION GRATUITO**  
(reserva tu plaza)

