



ASSOCIAZIONE  
MINDFULNESS  
TICINO



## OPEN DAY MINDFULNESS

13 Aprile 2024 , ore 15h CAVIGLIANO  
Polo Scolastico

Uno spazio d'incontro dedicato alla Mindfulness per grandi e piccini.



Venite a trascorrere un  
piacevole pomeriggio con noi.  
Conoscerete l'Associazione, le  
sue finalità e i suoi soci attivi.

Ateliers mindfulness in  
parallelo: per bambini,  
adolescenti e adulti.

Momenti conviviali e  
informativi.



### PROGRAMMA

15:00-15:30 Benvenuto e iscrizioni  
15:30-16:30 Pratiche in Gruppi:  
Bambini dagli 8 anni, Adolescenti e Adulti.  
16:35 -17:00 Pratica nella natura per Tutti  
17:00 Merenda e Momento Conviviale  
17:30 Presentazione delle Attività  
dell'Associazione  
18:00 Saluti

Posti limitati, iscrizione richiesta via email:[info@amti.ch](mailto:info@amti.ch)  
Adulti chf 10,- Bambini chf 5,-