

Terza edizione di 'A Scuola di Benessere'

Cinque appuntamenti imperdibili (e gratuiti) con Avis Comunale Reggio Emilia

Torna a grande richiesta **'A scuola di Benessere'**, un modo concreto per iniziare a coltivare il proprio benessere psico-fisico attraverso 5 incontri a tema condotti da esperti del settore.

Gli incontri, mensili e gratuiti, si terranno presso la **Casa del Dono** in via Muzio Clementi 2/a, dalle ore 20.30.

Per iscriverti chiama il numero **0522 451075** oppure scrivi a **segreteria@avis.re.it**

Il calendario degli incontri:

22 GENNAIO : ALIMENTAZIONE ed EMOZIONI

5 FEBBRAIO: IL BENESSERE GLOBALE

11 MARZO: IL CONFLITTO NELLA COPPIA

22 APRILE: IL BENESSERE AL LAVORO

14 MAGGIO: COME GESTIRE LO STRESS

La locandina degli eventi