



## ISTITUTO SKINNER

Scuola di Specializzazione in Psicoterapia Comportamentale e Cognitiva  
Riconosciuta dal Ministero dell'Università e della Ricerca Scientifica e Tecnologica

### Calendario

#### *Corso Mindfulness-Based-Stress-Reduction e Self Compassion*

#### **Riduzione dello stress attraverso la consapevolezza**

- Venerdì 24 marzo 2023 ore 18.30 -20.30
- Venerdì 31 marzo 2023 ore 18.30 -20.30
- Venerdì 7 aprile 2023 ore 18.30 -20.30
- Venerdì 14 aprile 2023 ore 18.30 -20.30
- Venerdì 21 aprile 2023 ore 18.30 -20.30
- Domenica 23 aprile 2023 ore 9.00 – 13.30 intensivo di pratica
- Venerdì 28 aprile 2023 ore 18.30 -20.30
- Venerdì 5 maggio 2023 ore 18.30 -20.30
- Domenica 7 maggio ore 9.00 – 13.30 intensivo di pratica
- Domenica 21 maggio ore 9.00 – 14.30 intensivo di pratica
- Domenica 4 giugno ore 9.00 – 14.30 intensivo di pratica

- **Sede Roma:** Via Torino, 29 - 00184 Roma (Italia) – Tel. 06.4828171 – 06.4828136
- **Sede Napoli:** Via Salvator Rosa, 299- 80135 Napoli (Italia)- Tel. 081.5441614