Ministero dell'Università e della Ricerca

PRO-BEN

APP BEN — APPROCCIO RETICOLARE E SISTEMICO ALLA PROMOZIONE DEL BENESSERE PSICOFISICO DELLA POPOLAZIONE STUDENTESCA

SAN PIETRO A MAJELLA Conservatorio di Napoli

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI SUOR ORSOLA BENINCASA

Interconnessuoni
Ascolto consapevole per mente e cuore

L'arte dell'ascolto che esplorando suoni e silenzi promuove consapevolezza, concentrazione e rilassamento

Percorso dedicato all'arte dell'ascolto, che esplora il potere dei suoni e del silenzio per sviluppare consapevolezza, concentrazione, memoria e rilassamento.

Gli incontri stimoleranno la sensibilità, l'empatia e l'equilibrio interiore, aiutando a migliorare la qualità delle relazioni e favorendo una connessione profonda con se stessi e gli altri.

START:
26 Maggio 2025

Responsabile laboratorio
M° Carlo Mormile

Numero minimo e massimo partecipanti: **5 - 25**
Durata: **4 mesi (maggio - settembre)**

Giorno e orario di erogazione del laboratorio:
lunedì dalle 17:00 alle 18:30

Luogo di svolgimento delle attività
Conservatorio di Musica "San Pietro a Majella" - NA
via San Pietro a Majella n. 35 - NAPOLI

Preiscrizioni
Dal 17 Marzo al 20 Maggio 2025

iscriviti su
StaiChill.it

Progetto APPROCCIO RETICOLARE E SISTEMICO ALLA PROMOZIONE DEL BENESSERE PSICOFISICO DELLA POPOLAZIONE STUDENTESCA - APPbenessere - Codice Progetto PROBEN_0000005
Iniziativa Finanziata con il contributo del Ministero dell'Università e della ricerca ai sensi del D.D. n. 1159 del 25 luglio 2023 - bando PROBEN

Per info: proben@unina.it