



Gruppo “Sales”

Sei invitato a fare una esperienza di gruppo di psicoterapia e meditazione. Partecipa con seria intenzione di compiere un cammino di crescita personale. Il gruppo è aperto e gratuito.

Al Centro di Salute Mentale

in via XX Settembre 3a - CAGLIARI

- Il Martedì alle ore 10,30
- Il Giovedì alle ore 17

L'esperienza consiste nella esplorazione dei vissuti personali, guidati e sostenuti dal lavoro del conduttore e dalle interazioni con il gruppo, con la finalità di far emergere le proprie competenze, le proprie energie, trovare stili di comunicazione funzionali al raggiungimento del benessere sociale e personale. Sono importanti la riservatezza, il rispetto reciproco, e la puntualità.

Durante gli incontri, della durata di due ore, è costante un momento dedicato alla meditazione. “Sales” è una meditazione che dura dieci minuti, il tempo sufficiente e necessario per cambiare il proprio stato dell'io verso il proprio Sè, portando la persona verso un positivo senso di attivazione e di lucidità mentale.

Dott. Enrico Loria - Psichiatra e Psicoterapeuta – CSM Cagliari Ovest
070.609.4605 – 070.609.4638



Presidente della Associazione “Centro Poiesis”
070.504.604 - 327.2297626 – centro.poiesis@tiscali.it
www.centropoiesis.it