

Il C.P.O. di Adp in collaborazione con Aeroporti di Puglia
organizza
incontri di Meditazione e Rilassamento Profondo
rivolti a tutti i lavoratori
per ritrovare il proprio equilibrio interiore e imparare a fluire con la vita



**La meditazione non è un'evasione ma un incontro sereno con la realtà.
(cit. Trichet Nhat Hanh)**

Gli incontri guidati da Ombretta Stabile si terranno nella Sala degli Ulivi, sita nell'ala est al 2° piano dell'aerostazione.

Il percorso si articolerà in tre incontri che si terranno al di fuori dell'orario di lavoro e compatibilmente con eventuali esigenze organizzative di servizio.

Due le sessioni previste secondo il calendario sotto riportato:

Giovedì 16.6.2016 → **1^ sessione** 7,30 – 9,00
→ **2^ sessione** 18,00 – 19,30

Giovedì 23.6.2016 → **1^ sessione** 7,30 – 9,00
→ **2^ sessione** 18,00 – 19,30

Giovedì 30.6.2016 → **1^ sessione** 7,30 – 9,00
→ **2^ sessione** 18,00 – 19,30

Gli interessati potranno comunicare la propria adesione **entro il 13 giugno 2016** contattando la Presidente del C.P.O., Rosanna Favia, anche a mezzo mail all'indirizzo: rosavia75@yahoo.it