



SABATO 9 NOVEMBRE

Nel Parco delle Cascine

TRA I COLORI DELLA NATURA
E PRATICHE DI CONSAPEVOLEZZA

PASSEGGIATA CONSAPEVOLE (6km) IN UN LUOGO STORICO E NATURALE DI FIRENZE

- **Approfondimenti storici e naturalistici**

a cura della volontaria Federica Avagnano
Guida Ambientale Escursionistica

- **Pratiche di Mindfulness**

a cura della Presidente Stefania Barsotti,
psicologa psicoterapeuta

- **Piccola sosta golosa**

c/o GreenHub - Ristoro dell'Indiano

Ritrovo h. 9.30 nel piazzale delle Cascine

rientro h. 13.00 circa

Info e prenotazioni: 340 8395136



Accompagnamento con Guida Ambientale Escursionistica ai sensi della legge 4/2013, abilitata ai sensi della L.R 86/2016

a favore di



in collaborazione con

