



RESPIRA CON LA NATURA

Serata di meditazione al Parco



ESERCIZI DI
CONCENTRAZIONE



MUSICA



MEDITAZIONE



ESERCIZI DI
RILASSAMENTO

LUNEDÌ 15 SETTEMBRE 2025, ORE 20:30

Parco Teresa Casati - Muggiò

INGRESSO LIBERO E GRATUITO

Portare materassino o panchetto o sedia pieghevole e
lozione antizanzare (in caso di necessità).

In caso di maltempo l'evento sarà annullato

PER INFORMAZIONI

Cell: 328 24 87 494

meditazione.mb@goldenboat.in

L'Assessore alla Biblioteca
Francesca Villa

Il Sindaco
Michele Messina