

CONFERÈNCIA

Una mirada a la vida des de la lentitud

Àngels Ferrao



Viure de pressa no és viure, és sobreviure segons Carl Honoré.

La nostra vida va a velocitat de vertigen. Què ens perdem amb tanta velocitat? Darrerament la pandèmia ens ha parat a la força i moltes persones han viscut l'aturada com un bàlsam, altres com una nàusea causada per la desacceleració. Quantes coses no veiem, no escoltem, no toquem, no diem perquè tenim pressa? Quin impacte té la velocitat vital en nosaltres? Què podem canviar per tal de trobar un terme mitjà entre la cultura dels 3" i l'atenció plena?

Us hi esperem per a compartir aquestes reflexions amb vosaltres!



Àngels Ferrao. Trainer en Ecologia Emocional. Infermera i Diplomada en Psicologia Clínica.



Dissabte, 13 de febrer 2021



Activitat gratuïta



18.00 h



Cal fer inscripció aquí:
<http://bit.ly/mirada-lentitud>



On line. Un cop inscrit/a t'enviem enllaç de connexió via ZOOM