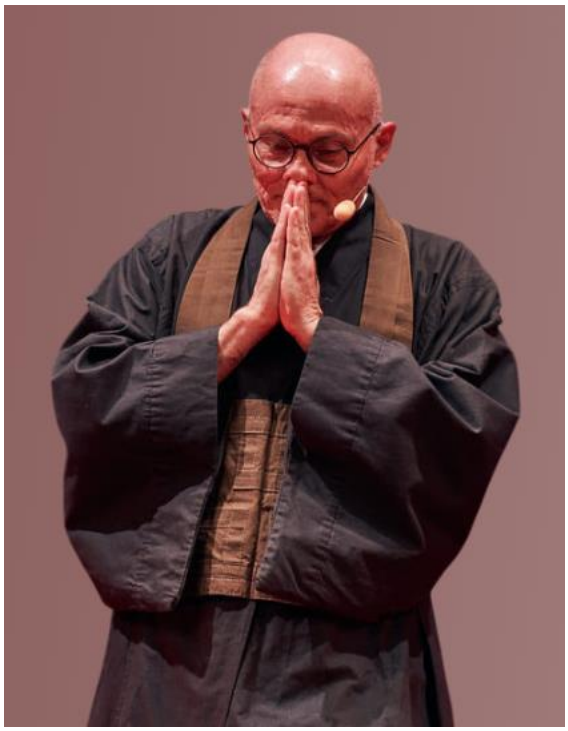
eni polo sociale
San Donato Milanese

“SEMINARIO sulla MEDITAZIONE con il monaco Zen Giancarlo Shinkai Carboni”



Giovedì 17 dicembre 2026 – h17:45-19:30

Durante questo seminario si apprenderà: cos’è la meditazione, a cosa serve e come si pratica.

DOVE?
Presso lo spazio di Eni Polo Sociale in via Unica di Bolgiano 2, al primo piano, a San Donato Milanese

PERCHE’?
La meditazione ci riporta all’essenziale. Ci insegna a riposare nel momento presente fornendoci le mappe per farlo e in questo modo potremo far pace con noi stessi, gli altri e la condizione umana.

COSA SERVE?
Abbigliamento comodo

ISCRIZIONI: il seminario costa **10€** per i soci Eni Polo Sociale (20€ per gli esterni) ed è possibile iscriversi, entro lunedì 14 dicembre, contattando la segreteria di Eni Polo Sociale:
E-mail polosociale@eni.com - Cell. 324 5573090

www.enipolosociale.com **Loc. 288_26**