

A Casa do Lago

- Vivenciar o Mindfulness no dia-a-dia –

Margarida Monarca



ESCOLA
TRANSPESSOAL



ESCOLA
TRANSPESSOAL





ESCOLA
TRANSPESSOAL

*Regressar
a Casa*

EMBRACE
the mess.



X

Religião

X

Escape

X

Meditação

X

Nirvana

X

Tempo

X

Não julgar

mindfulness



FALL IN LOVE
WITH TAKING
CARE OF YOURSELF.
MIND-BODY-SPIRIT.



APENAS ① MINUTO





ESCOLA **TRANSPESSOAL**

- Rua Padre Luis Aparício, 11, 4ºC, 1150-248, Lisboa
 - +351 215 958 889 / +351 912 662 851
 - info@escolatranspessoal.com
 - <http://escolatranspessoal.com/>