



Ministero
dell'Università
e della Ricerca



UNIVERSITÀ
DI PARMA

CAMMINATA AUGURALE

L'università di Parma con i progetti PRISMA e Unipr4life promuove inclusione, sostenibilità e benessere nella comunità studentesca



SABATO 6 DICEMBRE 2025

CAMPUS DELL'UNIVERSITA' DI PARMA

- 10.30 - Ritrovo davanti al PalaCampus
- 11.00 - Inizio camminata attraverso il Percorso del benessere
- 12.00 - Conclusione conviviale con sorpresa e auguri

I POSTI SONO LIMITATI.

PER L'ISCRIZIONE COMPILA IL FORM

con il link o il qr code entro il 4 dicembre



Durante la camminata si darà una dimostrazione di **WALKING MEDITATION**. Questa è una pratica di **MINDFULNESS** che parte dalla "passeggiata" per sviluppare la consapevolezza del corpo in movimento e del momento presente.

