

# WEBINAR

## TEM A CERTEZA QUE ESTÁ AQUI?

A IMPORTÂNCIA DO MINDFULNESS  
PARA APRENDER A VIVER E EDUCAR

16 de novembro de 2022 | 18h00

### ORADORES

José Pinto Gouveia - Associação Portuguesa para o Mindfulness  
Dulce Gonçalves - Associação Mentes Sorridentes

### MODERADOR

Joaquim Gronita - Universidade Aberta

Organização:



Ansião | Sabugal | Reguengos de Monsaraz | São João da Madeira | Mêda | Grândola