



Non c'è salute senza salute psicologica!

incontro con la Dr.ssa Rosa Castra
medico psichiatra, psicoterapeuta



Missione Cattolica di lingua italiana
Boverstrasse 1, presso la Sala Scalabrini, 1° piano
Sabato 21 Ottobre 2023, ore 18.00

Prendersi cura della propria salute psicologica è importante quanto prendersi cura della propria salute fisica. Alcune semplici abitudini quotidiane possono migliorare il tuo benessere psicologico. Mantieni un atteggiamento positivo e partecipa ad attività che favoriscono la salute mentale.

Contatto: Umberto Castra, tel. 031 370 70 80 , umberto.castra@beges.ch

