



AZIENDA OSPEDALIERA  
S. CROCE E CARLE CUNEO

Gruppo aziendale linguaggio  
ampio e rispettoso

CUG  
Comitato Unico di Garanzia per le pari  
opportunità, la valorizzazione del benessere  
di chi lavora e contro le discriminazioni

# Mezz'ora di gentilezza per te

**Mezz'ora di gentilezza**  
**Mercoledì,**  
**dalle ore 14,30 alle ore 15,00:**

**2 aprile Sala riunioni della Rianimazione**  
**V piano blocco B -P.O. S. Croce**

**7 maggio Corso Brunet primo piano**

**4 giugno**  
**ambulatorio Ma.Re.A**  
**Ospedale A. Carle**



*Se siamo gentili  
con noi  
rendiamo più facile  
esserlo con gli altri*

*Molte persone ci mostrano gesti di attenzione, affetto e gentilezza, ma è prezioso anche partire da noi. Possiamo essere gentili verso noi stessi?*

*Sì, anche se non sempre è facile.*

L'Azienda mette a disposizione uno spazio in cui personale qualificato possa guidare le persone che vogliano sperimentare semplici pratiche di self compassion.

La partecipazione è libera e gratuita, può essere continuativa o occasionale.

Vieni a provare!

Per informazioni e prenotazioni scrivete a [traumacenter@ospedale.cuneo.it](mailto:traumacenter@ospedale.cuneo.it)

Controllate sempre la dislocazione esatta di volta in volta individuata per ogni data.