

2021학년도 2학기

오프라인
진행

마음 쉼

대면 명상프로그램

'마음 쉼' 프로그램을 통해
스트레스를 관리하고
우울함과 불안한 마음에서 벗어나
지금-여기에 머물러 보세요!

모집대상 연세대학교 학부생 8명 **선착순 마감**

참여기간 매주 화요일 오후 3시-4시 30분
:11/9, 11/16, 11/23, 11/30

문의사항 02-2123-6688
counsel@yonsei.ac.kr



내용보기



#명상

#마음챙김

#힐링