“RADICARSI NELLA GRATITUDINE”
con ***Claudia Vettore***

Giovedì 19.03.2026 dalle 19,30 alle 20,15
claudia@themindfulcloud.com

“RADICARSI NELLA DEMOCRAZIA"
con ***Rossella Elisio***

Mercoledì 8.04.2026 dalle 19,30 alle 20,15
rossella.elisio@peoplenpractice.com

“RADICARSI NELL’EQUANIMITA’”
con ***Alessia Minniti***

Giovedì 23.04.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@alessiaminniti.it

# MINDFULNESS

## A Porte Aperte

***da marzo a giugno 2026***

“RADICARSI NEL CORPO”
con ***Manuela Galassi***

Mercoledì 6.05.2026 dalle 19,30 alle 20,15
mindfulness.faenza@gmail.com

“RADICARSI CON LA COMPASSIONE FIERA”
con ***Barbara Crescimanno***

Mercoledì 3.06.2026 dalle 19,30 alle 20,15
barbara.crescimanno@libero.it

“RADICARSI NELLA VITA”
con ***Roberta Lo Menzo***

Giovedì 18.06.2026 dalle 19,30 alle 20,15
robertalomenzo@hotmail.com

www.reteinsegnantimindfulness.com

"RADICARSI NELLA GENTILEZZA"
con ***Gaia Gottipavero***

Venerdì 3.07.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@innersight.it

"RADICARSI NELLA NATURA"
con ***Simonetta Carpo***

Mercoledì 15.07.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@mindthegapmilano.com

"RADICARSI NEL MOMENTO PRESENTE"
con ***Ester Manera***

Lunedì 24.08.2026 dalle 19,30 alle 20,15
estermanera@gmail.com

# MINDFULNESS

A Porte Aperte

***da luglio a ottobre 2026***

"RADICARSI NEL CONFINE SANO"
con ***Enrico Cozzi***

Mercoledì 9.09.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@studioascolto.it

"RADICARSI NEL RESPIRO"
con ***Alessandra Mauri***

Martedì 22.09.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@mind-at.it

"RADICARSI NEL CUORE"
con ***Chiara Miani***

Sabato 1.10.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@chiaramiani.it

www.reteinsegnantimindfulness.com

"RADICARSI NEL CONTATTO"
con ***Francesca Pavesi***
Giovedì 15.10.2026 dalle 19,30 alle 20,15
info@mindthegapmilano.com

"RADICARSI NELL'AMORE"
con ***Cinzia Orlando***
Mercoledì 9.11.2026 dalle 19,30 alle 20,15
cinziaorlando72@gmail.com

"RADICARSI NELLA FIDUCIA"
con ***Anna Li Vecchi***
Lunedì 23.11.2026 dalle 19,30 alle 20,15
www.itacamindfulness.com

# MINDFULNESS

A Porte Aperte

***da ottobre a dicembre 2026***

"RADICARSI NELLA COMUNITA'"
con ***Rete Insegnanti Mindfulness (RIM)***
Martedì 15.12.2026 dalle 19,30 alle 20,30
reteinsegnantimindfulness@gmail.com

***Mindfulness A Porte Aperte*** *è un'iniziativa che nasce nel 2020 e da allora offre ogni anno incontri gratuiti per promuovere il benessere della persone.*

***Rete Insegnanti Mindfulness*** *favorisce lo scambio tra insegnanti, sostiene attraverso programmi di formazione continua e in generale cercando di creare comunità tra insegnanti che condividono valori di diffusione della mindfulness basati sull'etica.*

www.reteinsegnantimindfulness.com