



“RADICARSI NELLA GRATITUDINE”

con **Claudia Vettore**

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



“RADICARSI NELLA DEMOCRAZIA”

con **Rossella Elisio**

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



“RADICARSI NELL'EQUANIMITÀ”

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

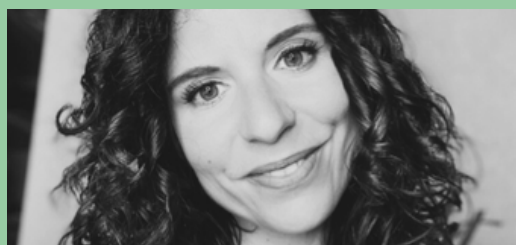


“RADICARSI NELLA VITA”

con **Roberta Lo Menzo**

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





“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



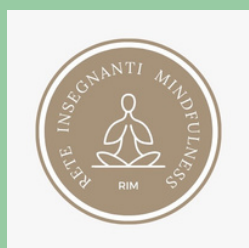
“RADICARSI NEL MOMENTO PRESENTE”

con **Ester Manera**

Lunedì 24.08.2026 dalle 19,30 alle 20,15

estermanera@gmail.com

M I N D F U L N E S S



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



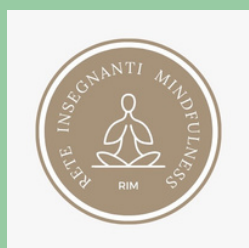
“RADICARSI NELLA FIDUCIA”

con **Anna Li Vecchi**

Lunedì 23.11.2026 dalle 19,30 alle 20,15

www.itacamindfulness.com

M I N D F U L N E S S



A Porte Aperte

**da ottobre a dicembre
2026**

“RADICARSI NELLA COMUNITÀ”

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