

PROGRAMMA

VENERDÌ 30 SETTEMBRE

15:00

Apertura lavori

Paolo de Lutti (Presidente Is.I.Mind Istituto Italiano per la Mindfulness) e **Renato Mazzonetto prima parte**

16:00

Mindfulness in un mondo che cambia

Relatore: **Ronald Siegel** - Harvard Medical School (in streaming da Boston)

Traduzione: Renato Mazzonetto Direttivo Is.I.Mind

17:30 BREAK

18:00 - 19:00

Paolo de Lutti e Renato Mazzonetto seconda parte

SABATO 1 OTTOBRE

9:30

Mindfulness in ambiente aziendale (pubblico e privato)

Relatore: **Renato Mazzonetto** - Direttivo Is.I.Mind

Ospiti: **Leonardo Draghetti** - direttore Assemblea Legislativa Emilia Romagna

Alberto Apostoli - Architecture & Design per il Benessere nelle spa

11:30 BREAK

11:45 - 12:45

Richard Romagnoli - Genetica della Felicità

13:00 LUNCH

15:00

Mindful Longevity: la Mindfulness nell'invecchiamento e nella longevità per promuovere il benessere e la crescita interiore

Relatrice: Antonella Buranello - Mindful Longevity Academy

16:30 BREAK

17:00

Mind Up - La Mindfulness entra a scuola

Relatore: **Kimberly A. Schonert - Reichl** (in streaming da Chicago).

18:30 Riproduzione video: ROKPA Projects



PROGRAMMA

DOMENICA 2 OTTOBRE

9:30

Mindfulness e performance - quando la meditazione diventa parte integrante dell'attività sportiva

(Psicofisiologia della meditazione)

Relatore: **Andrea Zaccaro** - Ricercatore presso Università di Chieti – Pescara

10:30

Ospite

Campionessa Olimpica Dorina Vaccaroni

11:45

Pratica di Mindfulness con Renato Mazzonetto

Esperienza all'aperto

13:00 CHIUSURA EVENTO

* Il programma potrebbe subire variazioni

