

# HOTEL SERENA

## ESSERE CONNESSIONE

### Le radici della mindfulness

*"PERCHÉ È COSÌ IMPORTANTE ESSERE GENTILI?  
CHE RELAZIONE C'È TRA LA GENTILEZZA AMOREVOLE E L'INTER-CONNESSIONE?"*



## PROGRAMMA

### VENERDÌ 27-09

11:30  
**Apertura**  
**Cortina Mindfulness 2024.**  
Renato Mazzonetto

15:00  
**La Carta Fondativa della Mindfulness.**  
Luana Plessi  
Leonardo Draghetti  
Pietro Carugo

16:00 BREAK

16:30  
**Siamo Polvere di Stelle.**  
Anna Gallo

### SABATO 28-09

10:00  
**La Mindfulness nella relazione con gli animali.**  
Stefania Traini

12:00  
**La via della Compassione attraverso l'Equanimità.**  
Joey Weber

13:00 BREAK

15:00  
**La meditazione in Oncologia e in ospedale.**  
Giacchino Pagliaro

**L'Arpa-terapia per il benessere armonico.**  
Marianne Gubri

17:00  
**Pratica e condivisione di gruppo.**  
Renato Mazzonetto

### DOMENICA 29-09

10:00  
**Esseri viventi, Mondi di luce in cerca di connessioni.**  
Carlo Ventura  
Daniele Gullà

12:00  
**Chiusura**  
**Cortina Mindfulness 2024.**

## CORTINA MINDFULNESS WEEKEND

### 3° EDIZIONE INTER-CONNESSIONI

\* Il programma potrebbe subire variazioni

