



Lunedì 14 ottobre 2024

10.00 - 13.00



Sala Convegni MillennHotel
Via Cesare Boldrini, 4 - Bologna

ISCRIVITI

PARTECIPAZIONE GRATUITA

previa iscrizione, [compilando il form a questo link](#)

CONVEGNO

Mindfulness - La persona al centro

Pratiche, strategie e obiettivi per il benessere lavorativo negli Enti Locali

Saluti di benvenuto

Luana Plessi

Direttrice UPI Emilia-Romagna

Marcovalerio Pozzato

Presidente Corte dei conti
Sezione controllo Emilia-Romagna

Roberta Alverà

Vicesindaco Cortina D'Ampezzo
video saluto di benvenuto

Modera e Coordina

Pietro Carugo

E.Q. Area benessere organizzativo
Assemblea Legislativa dell'Emilia-Romagna

Intervengono

Leonardo Draghetti

Direttore Generale dell'Assemblea
Legislativa dell'Emilia-Romagna

Mindfulness una skill nel nuovo
sistema delle competenze della P.A.

Loris Bonamassa

GSE - Global Sleep Expert, CEO
founder della Bonamassa Sleep &
Performance

La cultura del sonno di qualità
e di giusta quantità connesso
con le performance: equilibrio sonno,
persona e lavoro

Giulia Musumeci

Psicologa, Mindfulness Clinical
Therapist, Senior Mindfulness Trainer

Mindfulness, regolazione emotiva
e benessere sul luogo di lavoro

Renato Mazzonetto

Formatore Mindfulness Senior,
Direttore Scientifico di Cortina
Mindfulness project

Conclusioni e pratica di Mindfulness



**Area formazione
ed organizzazione eventi**

alexia.salati@upi.emilia-romagna.it

Organizzazione e coordinamento

UPI Emilia-Romagna

PRESIDENTE F.F. Giorgio Zanni
DIRETTRICE Luana Plessi

tel. 051 6492491

www.upi.emilia-romagna.it

SEGUICI

