

# MindPet - Reconnection

## Mindfulness & Interventi Assistiti con gli Animali

Un percorso di 4 incontri  
a cadenza settimanale rivolti ai giovani.  
Attività accompagnate dai cavalli  
per sintonizzare corpo, mente ed emozioni  
e tornare a sentirsi parte del Tutto



Da lunedì 17 maggio 2021  
dalle 16.00 alle 18.00  
PROTOCOLLO COVID-19 IAA  
Max. 5 partecipanti  
.....  
Per info e iscrizioni:

**Dott.ssa Cristina Pradal**  
Psicologa Psicoterapeuta  
Esperta IAA e TBDI  
340 5316710  
info@cristinapradal.it



**Dott.ssa Carmen Caldovino**  
Psicologa  
Facilitatrice in Mindfulness  
339 3746343  
c.caldovino@virgilio.it

**Dott.ssa Annalisa Ferri**  
Medico Veterinario  
Esperta IAA

Presso il Centro Ippico Il Remolino  
Casaletto Ceredano (Cr)

# MindPet - Reconnection

## Mindfulness & Interventi Assistiti con gli Animali

### Programma degli incontri

Lunedì 17 maggio dalle 16:00 alle 18:00

#### CONNETTERSI AL PRESENTE

Il cavallo come guida all'ascolto

Body scan psicosomatico

Pratiche di consapevolezza mindfulness

Lunedì 24 maggio dalle 16:00 alle 18:00

#### SENTIRE L'ENERGIA YIN

Attività con il cavallo per lo sviluppo dell'empatia

Esercizi di energetica Yin

Pratiche di consapevolezza mindfulness

Lunedì 31 maggio dalle 16:00 alle 18:00

#### SENTIRE L'ENERGIA YANG

Attività con il cavallo per lo sviluppo dell'assertività

Esercizi di energetica Yang

Pratiche di consapevolezza mindfulness

Lunedì 7 giugno dalle 16:00 alle 18:00

#### INTEGRARE MENTE, CORPO ED EMOZIONI

Dal governo del cavallo all'autoconsapevolezza

Body scan per la consapevolezza globale

Esercizio "essere un pianeta"

Pratiche di consapevolezza mindfulness

**Dott.ssa Cristina Pradal**  
Psicologa Psicoterapeuta  
Esperta IAA e TBDI  
340 5316710  
info@cristinapradal.it



**Dott.ssa Carmen Caldovino**  
Psicologa  
Facilitatrice in Mindfulness  
339 3746343  
c.caldovino@virgilio.it

Presso il Centro Ippico Il Remolino  
Casaletto Ceredano (Cr)