

Giornata di consapevolezza organizzata dal Sangha di Verona  
**Verona – 16 dicembre 2018**

## ***Guardare con gli occhi dell'Interessere***



### ***Come guardare profondamente nella realtà e trovare una via per uscire dalla sofferenza***

Avremo la gioia di praticare insieme la meditazione seduta e camminata, ascoltare un discorso di Dharma, mangiare insieme in consapevolezza, condividere le nostre esperienze.

L'incontro è aperto a praticanti vecchi e nuovi e ai giovani Wake-Up (16 -35 anni).

E' anche aperto alle famiglie con bambini.

Durante la giornata, la custodia dei bambini fino a 5 anni è a cura dei genitori, mentre per i bambini da 6 anni in poi sono previste attività dedicate.

**La giornata inizia alle ore 10.00 e terminerà alle ore 17,30.**

Vi invitiamo ad arrivare con un buon anticipo per la registrazione.

Per chi lo desidera, dalle ore 9.30, verrà offerta la pratica di Chi Kung con i bastoni

**La quota di partecipazione** è di 10 € per gli adulti e di € 5 per i bambini.

Le iscrizioni si chiuderanno al raggiungimento di 120 persone.

**Cosa portare:** cuscino o panchetto da meditazione personale, tappetino e coperta, pantofole o calze pesanti da usare all'interno del centro, stoviglie e tazza/bicchieri.

**Ognuno deve anche provvedere al proprio pasto e bevanda al sacco con cibo vegetariano.**

### **Luogo dell'incontro**

Saremo ospiti del Centro Camilliano di Formazione – Via Astico - Verona

**Come arrivare** al Centro Camilliano di Formazione

Per chi arriva dall'autostrada A4 O A22 l'uscita è Verona SUD o Verona Nord; [Vedere qui una mappa del percorso](#)

Autobus che partono dalla Stazione Porta Nuova:

Linea 24 scendere fermata via Tommaseo 18 II

Linea 22 scendere fermata via Adami 4

Linea 21 scendere fermata via Trento 6/A

Linea 103 scendere fermata via Trento 6/A

Grazie di venire a praticare con noi.

*Il Sangha di Verona*