

CONFERENZE

Ingresso gratuito

IL CORPO PENSA

L'arte di trasformare le emozioni. Un dialogo tra medicina occidentale e medicina tradizionale cinese.

a cura della dott.ssa Samuela Bozzoni, oncologa e agopuntista

venerdì 1 Febbraio
alle ore 21.00

EMOZIONI E PNL

La Programmazione Neuro Linguistica per la gestione dei conflitti emotivi.

a cura di Vito Bonanno

venerdì 8 Febbraio
alle ore 21.00

I CUSTODI DELLA TERRA

Resoconto di un viaggio-esperienza tra gli indiani Hopi (I pacifici) dell'Arizona.

a cura di Simone Sacchier

venerdì 22 Febbraio
alle ore 21.00

L'ARTE DI AMARE

Lo sviluppo dell'intelligenza del cuore per imparare ad amare.

a cura del prof. Simone Olianti, psicologo e docente universitario

venerdì 1 Marzo
alle ore 21.00

CORSI

Per tutti i corsi è gradita la preiscrizione

RAJA YOGA - LO YOGA DEL SOLE

"La via della luce" un percorso verso la consapevolezza, per risvegliare il corpo ed entrare in relazione con la natura.

a cura di Lucetta Seveso e Carlo Fontana, insegnanti dell'Istituto Internazionale Ricerche Yoga (I.I.R.Y.)

N°10 incontri a cadenza settimanale

da martedì 5 Febbraio
ore 19.30 - 21.00

L'ARTE DEL MOSAICO COME ATTO CREATIVO E MEDITATIVO

Breve laboratorio esperienziale con elaborazione di un'opera personale.

a cura di Mirta Pegorin

sabato 16 Febbraio
ore 9.30-13.00; 14.30-18.00

domenica 17 Febbraio
ore 9.30-13.00

TAI CHI STILE YANG

Ricca e sofisticata pratica millenaria che unisce l'eleganza del movimento con l'armonia fra noi e l'ambiente circostante.

a cura di Pinuccia Bani

N°8 incontri a cadenza settimanale

da mercoledì 20 Febbraio
ore 18.30 - 19.30

DANZE POPOLARI E NON SOLO

Quando il corpo, le emozioni e la mente si allineano al ritmo e al suono... è danza.

N°4 incontri a cadenza settimanale

a cura di Pinuccia Bani

da martedì 7 Maggio
ore 18.15 - 19.15

CUCINARE CON IL CUORE

Corso pratico di cucina e riflessioni sul senso del cucinare con amore e attenzione nonviolenta

sabato 1 Giugno
dalle ore 16.00 - 21.30

PREISCRIZIONE ENTRO IL 29 MAGGIO

A cura di: Manuela Palestra, Rosa Lunghi e Angela Bianchi

CONCERTI E FESTE

Ingresso gratuito

APRIRE IL CUORE CON LA MUSICA

Un'esperienza sonora e vibrazionale per riequilibrare l'interiorità.

a cura di Locorotondo Riccardo, docente presso il Liceo Musicale di Massa e concertista

sabato 9 Febbraio
ore 21.00

FESTA DI PRIMAVERA

Musica, giochi antichi, aquiloni, bolle di sapone giganti, giocoleria, pizza e dolci.

domenica 26 maggio
ore 10.00 alle 17.00