



ARTE, BENESSERE E NATURA

**Risvegliare il corpo e la mente in una cornice di altri tempi:
Palazzo Arese Borromeo, Cesano Maderno**

Venerdì 3, sabato 4 e domenica 5 Ottobre 2014

Venerdì 3:

Ore 21,00 **PNL: PROGRAMMAZIONE NEUROLINGUISTICA**, il potere di cambiare la propria vita.

A cura di Vincenzo Fanelli - Master trainer PNL (Sala Aurora)

ore 21,50 **PRESENZE POSITIVE**, le coincidenze misteriose che ci guidano e ci proteggono.

A cura di Marco Cesati Cassin - Ricercatore e studioso (Sala Aurora)

Sabato 4:

ore 10,30 **LA CRESCITA SPIRITUALE**: come lasciare andare il passato e prendere il volo verso la libertà.

A cura di Maria Antonietta Turillo - Angel life Coach (Sala 1)

ore 11,30 **SPEZZARE LE CATENE DELLA PAURA E DEL PANICO.**

A cura di Monica Bonsangue - Psicologa e psicoterapeuta (Sala 1)

ore 15.00 **COSTELLAZIONI RITUALI®**: Sciamanesimo e rappresentazioni sistemiche.

A cura di Marco Massignan - Ricercatore e studioso di Sciamanesimo (Sala Aurora)

ore 15.00 **DANZA E MOVIMENTO** per la cura di sé

A cura di G. Altomare e E. Fossati - Danzamentoterapeute APID (Sala 2)

ore 16.00 **LA VOCE SEI TU**, laboratorio esperienziale di Canto Armonico e canto Gregoriano

A cura di Sonus et Vox (Sala 1)

ore 16.00 **ED È SUBITO CALMA**: il metodo Ipnomind per riequilibrare le proprie emozioni.

A cura di Enrica Des Dorides - Psicologa e Psicoterapeuta (Sala Aurora)

ore 17.00 **SEITAI**: movimento spontaneo rigeneratore.
A cura di Alberto Guccione - Musicoterapeuta e trainer vocale (Sala 1)

ore 17.00 **MINDFULNESS**, consapevolezza quotidiana: fermarsi e ricominciare a sentirsi e percepire il proprio corpo.
A cura di Gherardo Amadei - Medico e docente universitario (Sala Aurora)

ore 17.30 **VITALITÀ PSICO-FISICA E SPIRITUALE**: il karate e la ricerca bio-naturale nelle arti marziali per "vincere senza combattere".
A cura di: P. Ornaghi, W. Sorosina, D. Testa e atleti ITKA (Sala 2)

ore 18.00 **VIVERE SENZA DOLORI CON L'EDUCAZIONE POSTURALE**: prevenire e trattare i dolori articolari.
A cura di Lorenzo Ferrante - Dottore in scienze motorie (Sala Aurora)

ore 18.00 **TRAUMA E ATTACCAMENTO**, nelle relazioni tra esseri umani
A cura di Manuela De Palma – operatrice Somatic Experiencing (Sala 1)

ore 21.00 **RUMI, DIALOGO CON L'UNIVERSO**. Gli insegnamenti spirituali del grande poeta mistico persiano.
A cura di G. Colella - Ricercatrice nel settore dell'evoluzione spirituale (Sala Aurora)

ore 21,45 **SPETTACOLO DI MUSICA, POESIA E DANZA SUFI**.
A cura di Pejman Tadayon Sufi ensemble (Sala Aurora)

Domenica 5:

dalle ore 10.00 alle ore 12.00 **WORKSHOP DI MUSICA E DANZA RITUALE SUFI**
A cura di Pejman Tadayon. Su prenotazione.

ore 10.30 **CREA TE STESSA**: come trasformare i desideri in decisioni con passione, coraggio e creatività.
A cura di Nancy Cooklin – Coach Counselor (Sala Aurora)

ore 11,30 **IL CORAGGIO DI ASCOLTARSI**, guardare alle cose cambiando prospettiva.
A cura di: D. Coda Zabetta - Laureata in scienze naturali e E. Martignoni – M° di Qi Gong Daoyin (Sala Aurora)

ore 15.00 **DRAMMATERAPIA**, l'arte della trasformazione per la conoscenza, l'espressione e la padronanza di sé.
A cura di B. Traversa – Drammaterapista - Ass. La porta Socchiusa (Sala 2)

ore 15.00 **BIOARCHITETTURA E SALUTE**, l'energia del colore per il benessere.
A cura di M. Duroni - Bioarchitetto, designer e docente universitario (Sala Aurora)

ore 16.00 **VEDERE BENE SENZA OCCHIALI**, ginnastica visiva secondo il metodo Bates.

A cura della Ass. VTHT Vision trainers and holistic therapies (Sala 2)

ore 16.00 **LA LUCE CHE CURA**: il sole, la più potente medicina che la natura abbia mai regalato all'uomo.

a cura di Fabio Marchesi- Membro N.Y. Academy of sciences (Sala Aurora)

ore 17.00 **COUNSELING PSICO-EVOLUTIVO** integrato e meditazione.

A cura di Miriam Carcano - Psicologa e psicoterapeuta (Sala 1)

ore 17.00 **DONNE SOLE**, la bellezza della vita al singolare come opportunità di crescita.

A cura di Marilù Mengoni - Biologa nutrizionista, Psicologa (Sala Aurora)

ore 18.00 **PREVENIRE IN CUCINA MANGIANDO CON GUSTO**: il segreto della salute svelato in 500 piatti.

A cura di Anna Villarini - Biologa e ricercatrice Ist. tumori di Milano (Sala Aurora)

ore 18.30 **TAIJI QUAN** La Disciplina del Vuoto Assoluto. Conferenza e dimostrazione.

A cura di: M° Caposcuola W.Lorini, M° E. Segreti, Ist. I. D'Uonno, atleti JING QI/PWKA(Sala 2)

Domenica nel corso del pomeriggio:

-Dimostrazione di **SHIATSU**.

A cura dell'Associazione scuole Shiatsu Italiane.

-Dimostrazione di **RIFLESSOLOGIA PLANTARE INTEGRATA**.

A cura di Erika Niemz - Naturopata

-Lezioni di **TAI CHI CHUAN**.

A cura della scuola PWKA

-**ESPOSIZIONE DI OPERE D'ARTE E INSTALLAZIONI**

A cura dell'Associazione Sul Filo dell'Arte

Per informazioni:

libreria **Un Mondo di Libri** tel. 0362.231824