

Lavoro Emotivo e Corporeo - "Crescere Insieme"

secondo Willi Maurer e Mareia Claudia Lange

con **Silvia Tebano** ed **Eleonora Folegnani***



24-25 giugno 2017

(sabato ore 9 - 22, domenica ore 9 - 16)

presso **"La Geppina"**

Via dei Bedinotti 19 Genova

"Crescere Insieme" è un'opportunità che si realizza attraverso il Lavoro Emotivo e Corporeo (LEC), una metodologia volta a favorire lo sviluppo dell'autoresponsabilità, ovvero la capacità di ognuno di saper rispondere dei propri bisogni e desideri, e di poter agire in conformità a essi.

Si basa sulla fiducia nella saggezza intrinseca del corpo e delle emozioni, come guida nella relazione con se stessi e con le situazioni della vita.

Generalmente, nella vita di ciascuno si ripetono schemi di comportamento e di relazione insoddisfacenti e dolorosi, nei quali è frequente sentirsi feriti e incompresi. Così, spesso non riusciamo a provare quella connessione e quella risonanza che permettono di sperimentare pienezza, appartenenza e gioia. Secondo la pluridecennale esperienza alla base dei gruppi "Crescere Insieme", una delle principali cause di questo risiede in esperienze fondamentali del periodo primale (dal concepimento al primo anno di vita) e della prima infanzia. Tali esperienze rendono necessario al neonato di sviluppare modelli di comportamento che gli sono utili per sopravvivere o sopportare situazioni dolorose, ma che nella vita adulta tendono a ripetersi automaticamente e inconsciamente anche se ormai obsoleti.

Ricontattando, attraverso l'esplorazione delle emozioni e delle sensazioni, la memoria di questi eventi, è possibile riconoscerli e rielaborarli sviluppando nuove soluzioni.

Il Lavoro Emotivo e Corporeo è quindi una discesa nella profondità del proprio sentire, e un'indagine attraverso le tappe fondamentali della nostra storia. È un viaggio alla scoperta della propria capacità di essere noi stessi e di gioire della vita, un percorso di approfondimento personale che ciascuno compie in piena autoresponsabilità. Non è una terapia e non sostituisce un lavoro terapeutico quando necessari.

Questa esplorazione avviene attraverso forme di meditazioni e accompagnamenti individuali con il Lavoro Emotivo e Corporeo (LEC) all'interno del contesto protetto del gruppo, che permette anche di scoprire il potere della risonanza dell'essere insieme. Ogni gruppo ha un massimo di 10 partecipanti

Vengono condivisi due piccoli pasti al giorno, biologici e vegetariani, in silenzio e consapevolezza.

Sono consigliati abbigliamento comodo, una copertina, il materiale per scrivere e, per chi dorme in sede, un sacco a pelo.

Info e iscrizioni: Eleonora +39 333 256 6746 eleonorafolegnani@seznam.cz

Francesca +39 349 6037264, +41 (0)76 218 8042 francesca.bascialli@yahoo.it



Silvia Tebano: biologa, mamma, custode della nascita, animatrice di cerchi di condivisione sul tema della nascita fisiologica e imprinting, facilitatrice di gruppi di crescita personale e di spiritualità; fondatrice del luogo d'incontro "La Casotta" (www.lacasotta.org).

Esperienza pluriennale in gruppi Crescere Insieme, assistente di Willi Maurer nel Percorso di Approfondimento nel Lavoro Emotivo e Corporeo e di Claudia Panico nella Respirazione Olotropica.



Eleonora Folegnani: danzatrice, coreografa e insegnante di danza contemporanea. Membro del Consiglio Internazionale della Danza CID presso l'Unesco, diplomata in massaggio Kunye allo Shang Shung Institute. Esperienza pluriennale come animatrice di gruppi e incontri individuali di crescita personale secondo una propria pedagogia di movimento e elaborazione del metodo di Willi Maurer e Mareia C. Lange consolidato in un percorso di apprendimento quadriennale a Lugano. Assistente di Claudia Panico nella Respirazione Olotropica.