



Vacanze ad arte

Alla scoperta dei 12 sensi

Workshop artistico-esperienziale per adulti

Costigliole d'Asti (AT)

Comunemente pensiamo che le fonti della nostra vita siano il cibo di cui ci nutriamo e l'aria che respiriamo, dimenticando che la nostra esistenza sulla terra e le relazioni tra noi esseri umani, sono indissolubilmente legate ai nostri sensi e alla qualità delle nostre percezioni.

L'indebolimento del sistema neurosensoriale è una delle conseguenze di questo momento storico così particolare: per difenderci da troppe e invadenti percezioni, ci chiudiamo in un mondo interiore isolato oppure al contrario rischiamo di perderci totalmente in esse.

Nei tre seminari che proponiamo, vogliamo lavorare su tutti i nostri sensi non solo per conoscerli meglio ma per sviluppare sempre più una attività percettiva sana che ci consenta di ritrovare un nuovo centro e nuovi equilibri nella relazione con il mondo esterno e con gli altri esseri umani.

Affronteremo di volta in volta un gruppo specifico di sensi attraverso lo studio sulla base dell'antroposofia, attraverso il dialogo e la condivisione, attraverso diversi processi artistici e attivazioni sensoriali, ed attraverso alcune esperienze ed escursioni sul territorio.

Dal 2 al 5 giugno 2022

I SENSI DI BASE

tatto, vita, movimento, equilibrio

Date da definire

I SENSI MEDIANI

olfatto, gusto, vista, calore

Date da definire

I SENSI SUPERIORI

udito, parola, pensiero, io

Ogni seminario durerà tre giorni, dal pomeriggio del giovedì alla mattina della domenica.

Il corso è rivolto agli adulti ed è aperto a tutti. Per partecipare non è necessaria alcuna abilità artistica o esperienza pregressa nel campo.



Vacanze ad arte

Alla scoperta dei 12 sensi

Workshop artistico-esperienziale per adulti

Dal 2 al 5 giugno 2022

I SENSI DI BASE

tatto, vita, movimento, equilibrio

PROGRAMMA

Giovedì 2 giugno 2022

orario 14,00 – 18,00 Introduzione generale al lavoro
I sensi di base: introduzione teorico - esperienziale

Venerdì 3 giugno 2022

orario 9,00 – 13,00 Esperienze legate al senso del tatto:
- massaggio delle correnti esperienza individuale
- lavoro artistico

orario 13,00 – 15,00 pausa pranzo 'buffet'

orario 15,00 – 19,00 Esperienze legate al senso del tatto:
- massaggio delle correnti esperienza individuale
- lavoro artistico

Sabato 4 giugno 2022

orario 9,00 – 13,00 Esperienze legate al senso del movimento e senso della vita:
- lavoro artistico

orario 13,00 – 14,30 pausa pranzo 'buffet'

orario 14,30 – 17,30 Escursione sul territorio: passeggiata nel bosco

orario 17,30 – 20,00 Apericena

Domenica 5 giugno 2022

orario 9,00 – 12,00 Condivisione in gruppo dell'esperienza e feed back

ARRIVO PREVISTO TRA LE 11,00 E LE 12,00 DI GIOVEDÌ 2 GIUGNO.



La casa dei gelsi / Mulberry's house

I seminari avranno luogo presso “La casa dei gelsi”, una splendida cascina restaurata, situata a Costigliole D’Asti, in una posizione panoramica e immersa nei vigneti tra Langhe ed il Monferrato, patrimonio Unesco.

Disponiamo di ampi alloggi, luminosi, accoglienti e realizzati con finiture di pregio; la cucina grande, verrà utilizzata per le attività del corso, mentre la cucina privata della padrona di casa verrà messa a disposizione per la consumazione dei pasti.

E' possibile avere fino a 10 posti letto: 3 letti matrimoniali e 4 letti singoli.

La struttura è fornita di due bagni e un bagno di servizio.

Chi volesse prolungare la vacanza avrebbe l'opportunità di godere delle bellezze di questo territorio e delle sue prelibatezze. E' infatti un sito ricercato per vacanze enogastronomiche.

Costi e iscrizioni per ogni seminario

Il costo di ogni vacanza è pari € 425,00/persona, ed è comprensivo di vitto* e alloggio e di

- Attività artistiche, comprensive di tutto il materiale necessario
- Escursioni sul territorio
- Esperienze eno-gastronomiche sul territorio

Le iscrizioni si ricevono via mail 20 giorni prima l'inizio di ogni seminario, e sono confermate previo versamento di un anticipo di € 100,00, con accredito sul seguente conto corrente:

IBAN IT 21 A 02008 50520 000110004948
intestato a Mara Lionetti

Saldo da versare all'arrivo.

* escluse le cene del giovedì e del venerdì sera



Info e iscrizioni

Il seminario è proposto e condotto da

Dott.ssa Patrizia Rossato, esperta in terapie complementari, naturopata ad indirizzo antroposofico

Dott.ssa Mara Lionetti, arteterapeuta e counselor. Oltre a incontri individuali, conduce laboratori artistici e seminari di lavoro biografico.

Patrizia Rossato - pat.rossato@gmail.com - 335 6650558

Mara Lionetti - maralionetti@gmail.com - 346 6815195