



SAN GIORGIO

# Da' voce a ciò che senti

## Laboratorio Esperienziale di Bioenergetica

Laboratorio Esperienziale costituito da cinque workshop che ruotano intorno al tema dell'Analisi Bioenergetica e dedicato a chiunque abbia il desiderio di respirare profondamente, muoversi liberamente e sentire con intensità; il tutto attraverso una serie di esperienze corporee integrate da condivisioni di Gruppo e da chiarimenti teorici.

### Calendario degli incontri

Sabato 10 marzo

**L'analisi bioenergetica: cenni teorici. Classe di esercizi postura asimmetrica**

Sabato 24 marzo

**L'analisi bioenergetica: cenni teorici. Classe di esercizi postura dipendente**

Sabato 7 aprile

**Il linguaggio del corpo: sintomi e disturbi. Classe di esercizi postura oppressa**

Sabato 21 aprile

**Il linguaggio del corpo: sintomi e disturbi. Classe di esercizi postura dominante**

Sabato 5 maggio

**Verso l'integrazione psico-corporea. Classe di esercizi postura rigida**

Progetto a cura della dott.ssa **Lisa Guastini**, psicologo, mediatore sistemico familiare, psicoterapeuta ad orientamento umanistico e bioenergetico, perfezionata in Elementi del massaggio bioenergetico Integrato, che da diversi anni svolge l'attività di libera professione, sia nel settore della psicologia per la valutazione e la valorizzazione delle risorse umane, sia nell'ambito della salute emotiva e del benessere psicofisico.

Co-conduttori:

Dott.ssa **Arianna Labbate**, psicologo e psicoterapeuta ad orientamento umanistico bioenergetico

Dott.ssa **Maria Capo**, psicologo e psicoterapeuta sistemico familiare, Brain Trainer ASSOMENSANA.

La partecipazione è gratuita ed aperta ad un massimo di 10 persone. Per iscriversi, inviare una e-mail con i propri dati e il numero della tessera della biblioteca all'indirizzo [corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it](mailto:corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it). Le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo, fino ad esaurimento dei posti disponibili. È possibile partecipare sia al singolo workshop sia al percorso completo (in questo caso è necessario prenotarsi a ciascun incontro). Ai partecipanti è consigliato indossare abiti confortevoli e calzini antiscivolo termici.

**Informazioni: Tel 0573 371600 [www.sangiorgio.comune.pistoia.it](http://www.sangiorgio.comune.pistoia.it)**

Dal **10** marzo  
al **5** maggio **2018**  
ore 16-18  
**SALA BIGONGIARI**  
**Biblioteca**  
**San Giorgio**  
Via Pertini, Pistoia

