

10
11
Novembre
2017

Convegno
OLOS
PSICHE

LA LONGEVITÀ DEI CORPI E DELLA MENTE

Venerdì 10 Novembre

Convegno interattivo

Aula Lessing, Dipartimento di Scienze Umanistiche e Sociali, Via Roma 151, Sassari

- 13,00 Saluti e Presentazione evento
13,10 Presentazione relatori e moderatore: Fabio Nieddu
13,25 "Psicologia positiva e pratiche riparative per il benessere della persona e della comunità" - Patrizia Patrizi, (D.U.M.A.S.)
13.40 "Tu chiamale se vuoi... Emozioni e sentimenti attraverso lo sguardo della sociologia" - Stefano Chessa (D.U.M.A.S.)
13.45 "Il corpo femminile come strumento per la longevità. Salute, Sessualità e Centratura emotiva a diverse età" - Paola Dora (Anidra U.P.)
14.00 "L'acquisizione del fuoco. Da Freud al Metodo Anidra" - Lorenzo della Cella, (Anidra U.P.)
14.15 "Come riconoscere e trasformare i profondi meccanismi che ostacolano la nostra vita in strumenti per la nostra crescita emotiva, mentale e fisica" Esempio pratico del Tai Ji come strumento di crescita interiore - Paolo Bendinelli, (Anidra U.P.)
14.45 Saluti e Conclusione Lavori

Sabato 11 Novembre

Il potere della Pratica - Sessioni di lavoro sui principi dell'Arte Marziale guidate dal M° Paolo Bendinelli

Centro Fitness MyGymnica, Via Budapest snc, c/o Galleria Monserrat, Sassari

- 10.00 - 12.30 **Pratica di Tal Ji Quan Perla della Vera Sintesi e Qi Gong**
Introduzione alla filosofia dell'Arte Marziale interiore. L'Arte Marziale ieri e oggi: elementi storici sulla nascita ed evoluzione, contenuti, significato e pratica.
Parte Pratica: posizioni del corpo, esecuzione della forma, pratiche di contatto e ascolto dell'altro, sviluppo dell'efficacia, applicazioni della forma quali strumenti di consapevolezza corporea, mentale e interiore
Semplicità, immediatezza e ascolto di sé stessi e dell'altro sono gli elementi conduttori di questa sessione mattutina adatta a chiunque voglia parteciparvi
- 13.00 - 14.30 **A Pranzo con il Maestro**
Momento di interazione informale con l'arte antica del Maestro
- 15.30 - 18.00 **L'Arte marziale del Combattimento guerriero**
Approfondimento e confronto della dimensione Marziale rivolto a maestri e praticanti

Per info e iscrizioni:

Fabio Nieddu fabionieddu@anidra.it 345 0701015

Giulia Siffu segreteria@anidra.it 328 2704827

Antonietta Serra event.editoria@gmail.com 389 4674705

Il convegno rientra nelle iniziative di formazione e di aggiornamento dei docenti realizzate dalle Università e automaticamente riconosciute dall'amministrazione scolastica, secondo la normativa vigente, e dà luogo, per insegnanti di ogni ordine e grado, agli effetti giuridici ed economici della partecipazione alle iniziative di formazione.

COSTI
Venerdì 10
GRATUITO
Sabato 11
mattina
€ 15,00
(STUDENTI
€ 10,00)
pomeriggio
€ 25,00

**PRANZO COL
MAESTRO**
€ 15,00