

Settimana di autoregolazione bioenergetica  
**FILICUDI isole Eolie**  
Dal 29 giugno al 6 luglio 2019

## "LE PARTI IN GIOCO"

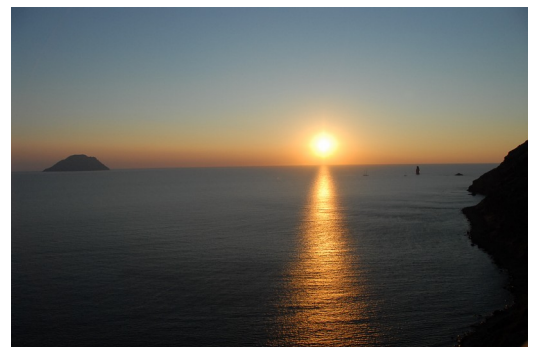
Come possiamo armonizzare il nostro rapporto con noi stessi, con l'Altro e col mondo?

“ Mi si fissò invece il pensiero  
ch'io non ero per gli altri quel che finora,  
dentro di me, m'ero figurato d'essere”  
Luigi Pirandello

La complessità della persona si articola in parti note e sconosciute, a volte armoniche e a volte conflittuali. Tutte operano per il bene del soggetto anche se il concetto di bene, può variare radicalmente per alcune di esse, portando a comportamenti contraddittori, ambivalenti o conflittuali tipici delle nostre nevrosi. Le varie parti si sono formate nel tempo, prevalentemente durante la nostra infanzia, come miglior soluzione possibile, con le risorse che avevamo a disposizione, per affrontare situazioni dolorose e traumatiche. Lo scopo di questo lavoro, quindi, sarà quello di individuare le parti disfunzionali che agiscono nel nostro presente, più o meno consapevolmente e che impediscono il raggiungimento dei desideri più intimi. Proveremo cioè ad esplorare sia le parti ombra che ci ostacolano al fine di cogliere il desiderio nascosto e contraddittorio, sia le risorse funzionali che conosciamo poco o che non attiviamo abbastanza, al fine di raggiungere un'armonia maggiore e più integrata nella realizzazione del nostro benessere attuale.



*Il lavoro proposto è esperienziale e non teorico; ogni partecipante verrà condotto attraverso esperienze individuali, esperienze diadiche e dinamiche di gruppo. Ci saranno inoltre spazi per tecniche di massaggio, rilassamento e meditazioni, danze, escursioni marine e nel resto dell'isola. Naturalmente poi mare, tanto mare.*



**A chi è rivolto:** quest'esperienza è rivolta a tutti coloro che vogliono approfondire la propria ricerca e crescita personale.

**Alloggio:** presso l'hotel "La Canna" bellissimo albergo a tre stelle in tipico stile Eoliano a conduzione familiare e a picco sul mare. Stanze da due-tre posti letto con servizi e aria condizionata. L'hotel è provvisto inoltre di una piscina, di cui usufruiremo anche per lavori specifici in acqua.



**Pasti:** la mezza pensione comprende una colazione abbondante e la cena a base di pesce. Chi volesse avere anche il pranzo deve conteggiare circa 12/14 euro circa in più al giorno.

**Costi:** per il corso 620 euro, se l'iscrizione avviene entro il 30 aprile, dopo questa data il costo è di 670 euro. Si chiede una caparra di 200 euro al momento dell'iscrizione che non verrà restituita in caso di ritiro.

**Per trattamento alberghiero di mezza pensione al giorno:** dai 75 agli 80 euro a persona a seconda della camera

**Come arrivarci:** in treno fino a Milazzo e poi in aliscafo, oppure in aereo fino a Catania, poi navetta fino a Milazzo e aliscafo., oppure volo su Palermo e poi aliscafo. (da Palermo c'è un solo aliscafo al giorno, se per qualunque problema la corsa venisse soppressa, è necessario spostarsi su Milazzo)

**IL RITROVO E' PREVISTO DIRETTAMENTE SULL'ISOLA, VERSO LE 17.30 CIRCA DI SABATO 29 GIUGNO. PER MOTIVI ORGANIZZATIVI NON È POSSIBILE ALLOGGIARE IN HOTEL PRIMA DI TALE DATA.**

**Escursioni (facoltative):** il giro dell'isola in barca

**Abbigliamento:** oltre naturalmente all'abbigliamento da mare è importante portarsi anche delle scarpe da ginnastica, vestiti adatti per le escursioni, cappellino e creme solari. Visto il mare splendido si consiglia di portare la maschera e le pinne. Per il lavoro è utile portare una stuoia o materassino da palestra.

**Giornata tipo:** il lavoro di gruppo sarà effettuato al mattino lasciando la rimanente mezza giornata libera per il mare o le escursioni. Ogni giorno ci saranno classi di esercizi di bioenergetica e lavori psicologici di gruppo che comprenderanno anche lavori in piscina e meditazioni dinamiche. La sera dopo cena, serata libera, danze o esperienze guidate.

**Conduttori:** Gilberto Ferro e Franca Paglino : psicologi, analisti bioenergetici

## **Informazioni e iscrizioni**

Per l'iscrizione e per informazioni potete telefonare a:

Gilberto Ferro tel. 338 3830388 E mail: [gilbertoferro@libero.it](mailto:gilbertoferro@libero.it)

Franca Paglino tel. 348 2836639

**PER GLI ALLIEVI IPSO QUESTA ESPERIENZA VALE COME 35 ORE DI CLASSI DI ESERCIZI**

**IL NUMERO DEI POSTI E' LIMITATO NON ASPETTATE GLI ULTIMI GIORNI !!!!!**

**Il gruppo sarà effettuato solo se si raggiungerà un numero minimo di partecipanti per cui vi consigliamo di iscrivervi il prima possibile per poter prenotare l'aereo con tariffe più economiche.**