# A.R.S.SUO.MO.

associazione per la ricerca e lo studio del suono e del movimento

## Una prospettiva neurale per una relazione sana con se stessi e con gli altri

*“Rendiamo il mondo un posto migliore rendendo le persone più sicure”*

*Stephen Porges*

**Sentirsi al sicuro è un imperativo biologico.**
**Siamo disegnati per sentirci al sicuro senza escludere la minaccia.**
**Sentendoci al sicuro possiamo sviluppare la co-regolazione e la cooperazione tra noi e gli altri.**

La capacità innata di valutazione del rischio è alla base della prospettiva neurale proposta dallo scienziato Stephen Porges per comprendere le risposte dell’organismo all’ambiente e alle relazioni. Queste risposte, se ben equilibrate, sostengono **la connessione e il buon funzionamento della nostra fisiologia.**

**La sicurezza si crea attraverso scambi non verbali.** Le espressioni del volto, il tono della voce, i movimenti del corpo vengono avvertiti a livello inconscio e hanno effetti profondi che influenzano il nostro modo di stare nel mondo.

raffa@mmm.it

www.arssuomo.it

# A.R.S.SUO.MO.

associazione per la ricerca e lo studio del suono e del movimento

## Le date 2022: il sabato dalle 9.30 alle 13.00

*online su piattaforma Zoom*

**29 Gennaio**

**I pilastri di una relazione sana da un punto di vista neurocettivo**

**26 Febbraio**

**Il semaforo neurale per la valutazione del rischio nella quotidianità**

**9 Aprile**

**I segnali di sicurezza nell'incontro**

**7 Maggio**

**La relazione: fiducia e vulnerabilità**

**4 Giugno**

**Legame: tradimento e riparazione**

Il percorso intende coltivare, a livello esperienziale, la capacità di sviluppare e comprendere le sensazioni di sicurezza all'interno delle interazioni sociali, condizione essenziale che rende possibile la vicinanza, l'intimità, la collaborazione. Gli incontri sono rivolti a tutti coloro che operano nell'ambito della relazione con gli altri e prevedono un minimo di 15 partecipanti e un massimo di 30.

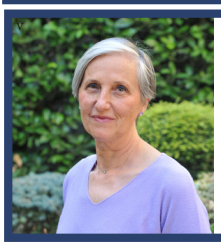
Costo 250 euro compresa la quota associativa ad A.R.S.SUO.MO.

**Mercoledì 10 novembre alle ore 18.30**

ci sarà un webinar per saperne di più, per fare domande o per pura curiosità. Si potrà partecipare liberamente collegandosi a:

**https://us02web.zoom.us/j/83772816744?pwd=TmRVSFdMZDNtSTVweFUrbDlmTmEwdz09**
**ID 83772816744 Passcode SICUREZZA**

**Marina Negri**, fisioterapista, posturologa e insegnante Feldenkrais, è Assistente Senior e supervisore di Somatic Experiencing, trauma counselor somatorelazionale ed è conduttrice di gruppi di supporto in oncologia.



**Cinzia Brait**, fisioterapista, mezièrista, operatore cranio-sacrale. Lavora presso AUSL Valle d'Aosta. Assistente senior e supervisore di Somatic Experiencing, docente sugli stati traumatici e la consapevolezza somatica.

**Raffaella Isoardi**, operatore e Assistente senior e supervisore di Somatic Experiencing, trauma counselor somatorelazionale, insegnante di Medicina Tradizionale Cinese e Shiatsu.

raffa@mmm.it

www.arssuomo.it