



"senza sole sono silente"

LED - Laboratorio di Educazione al Dialogo

MOVIMENTO CREATIVO

Movimento Globale Evolutivo Centrato sulla Persona con Gabriella Piazzon

**Sabato 9 settembre al Social Play Day
AL PARCO DI VILLA S. IGNAZIO**
ore: 14:30 – 18:00



"... Dovremmo essere molto più aperti verso tutte le esperienze,
comprese le varie sensazioni che provengono dal corpo".
Carl Rogers

presso Villa S. Ignazio, via delle Laste 22, Trento

La proposta è adatta ad ogni età e, oltre ad essere un modo originale e piacevole per tenersi in forma e ritrovare vitalità, aiuta a far fluire questo senso di gioia e pienezza dal corpo alla mente, dalla mente alle emozioni, dalle emozioni al cuore e dal cuore allo spirito.

GRATUITO E APERTO A TUTTI

Il **Movimento Globale Evolutivo Centrato sulla Persona** nasce dall'elaborazione del Metodo Rio Abierto e dall'Approccio Centrato sulla Persona.

Il **metodo Rio Abierto** è una tecnica creativa perché danzata, espressiva e dolcemente dinamica, con elementi ludici e di improvvisazione che facilitano la rottura degli schemi e il risveglio dell'energia vitale. I partecipanti, disposti in cerchio, imitano i movimenti vivaci e inusuali dell'istruttore, accompagnati dalla musica. Il movimento armonico non affatica e non stressa il corpo pur facilitando un uso corretto della respirazione, scioltezza articolare e tonicità muscolare; e al contempo evoca emozioni attraverso la comunicazione non verbale mediata dal corpo.

L'Approccio Centrato sulla Persona di C. Rogers facilita quest'esperienza facendo in modo che essa si svolga in un clima non giudicante caratterizzato da empatia e congruenza, centrando l'attività sui partecipanti.

Peculiarità ed effetti benefici:

- ✓ Gioco, danza, movimento armonico e dinamico con la musica
- ✓ Libera espressione personale attraverso il linguaggio non verbale
- ✓ Contatto con le emozioni
- ✓ Lavoro di autocoscienza individuale o in gruppo
- ✓ Riduce la tensione da stress
- ✓ Influenza favorevolmente l'umore ed il sonno
- ✓ Favorisce il benessere psico-fisico
- ✓ Favorisce la capacità di entrare in contatto con sé e con gli altri;

Con **Gabriella Piazzon**, Counsellor Professionista dell'Approccio Centrato sulla Persona; Insegnante metodo Rio Abierto; Infermiera professionale; Riflessoterapeuta diplomata (metodo Marquardt); esperta in arti espressive.

PER INFORMAZIONI SUL LED

LED Laboratorio di Educazione al Dialogo - Via delle Laste, 22 - Trento
tel. 0461.268873 - lunedì e mercoledì dalle 15.00 alle 18.00
e-mail: led@vsi.it - sito web: www.led-laboratorioeducacionedialogo.it
pagina facebook: LedLaboratorioDiEducazioneAlDialogo

PER INFORMAZIONI SUL SOCIAL PLAY DAY

telefona allo 0461.267649 o 0461.238720 e chiedi di Marco, Sara, Andreas
oppure scrivi a socialplayday@vsi.it
seguici su facebook: Spidyilconiglio - consulta il sito: www.coop.vsi.it