

CONDUTTORI

Rosanna Voglino insegnante di **Biodanza sistema Rolando Toro** è specializzata in **Biodanza per bambini e adolescenti** e **Biodanza in ambito lavorativo**.

Ha dedicato la sua vita allo studio e alla ricerca di discipline volte alla crescita individuale e all'evoluzione sociale. Da molti anni pratica lo yoga, la danza naturale, la danza sacra, il massaggio olistico l'igienismo. Aderisce ad un metodo che è soprattutto una **filosofia di vita** tendente a restituire dignità e valore alla **sfera emozionale ed affettiva**.

Come **insegnante di lettere** ha sperimentato con successo l'integrazione del programma scolastico con la **Biodanza** ottenendo ottimi risultati sia sul piano del **rendimento** sia nelle **relazioni interpersonali**.

Tiene corsi di aggiornamento per insegnanti e promuove progetti educativi nella scuola. Organizza **performances**, conduce **corsi** e **stages** con adulti e adolescenti a Torino ed in varie città italiane collaborando anche con altri centri e associazioni culturali.

Fa parte dell'associazione nazionale operatori di Biodanza BIOITA.

Fabrizio Melis percussionista ed esperto di musica etnica, fin da giovanissimo colleziona e suona strumenti musicali "primitivi" provenienti dalle culture di ogni parte del mondo. Studia e sperimenta da anni la **emotional drum therapy** (guarigione emozionale con i tamburi).

Inoltre si dedica all'espressione vocale sia come forma di **meditazione** (canto armonico) sia come mezzo di **comunicazione e creatività**. **Suona** in varie formazioni artistiche partecipando a **performances, rassegne musicali** e manifestazioni interculturali a Torino e in altre città italiane.

Dal 1986 affianca Rosanna Voglino nella organizzazione e nella conduzione delle attività.

Stage di Biodanza



AUTOSTIMA E CORAGGIO



Domenica 5 Ottobre
ore 10 – 19

ARTE MOVIMENTO
Via Bava 18 – Torino

Una società come la nostra basata sulla **competizione** e sull'**individualismo** non aiuta a realizzare se stessi e a creare delle relazioni soddisfacenti.

Ci giudichiamo, coltiviamo dei sensi di colpa e ci confrontiamo con gli altri sentendoci spesso inadeguati o incompresi.

Per la Biodanza l'autostima è un valore fondamentale in quanto ci permette di riconoscere e manifestare **qualità e talenti**.

Se siamo consci del nostro valore e della nostra unicità possiamo aprirci agli altri, accettando la loro diversità come occasione di **scambio**, di **confronto** e di **arricchimento**.


Entrare in contatto con il **coraggio** significa accendere quel **fuoco interiore** che ci dà la forza di rompere gli schemi comportamentali che non sentiamo più adeguati ai nostri valori.

Autostima e coraggio ci aiutano ad uscire dal ruolo di vittime per diventare protagonisti attivi delle nostre scelte e **padroni** della nostra esistenza.

Come **Ulisse** simbolo della ricerca del sapere, di colui che cercando nuove strade e spostando in continuazione i traguardi nel suo inarrestabile e metaforico viaggio verso ciò che è ancora sconosciuto, oltrepassa le **Colonne d'Ercole**, così la **Biodanza** ci consente di effettuare un salto nella dimensione dell'essere, un percorso avventuroso nella nostra identità.

Il **gruppo in Biodanza** funge da nido affettivo: non giudica ma **accoglie** Aumentando l'**autostima** e la fiducia negli altri ogni partecipante si troverà immerso in un microcosmo in cui potrà mostrare emozioni, desideri e paure e trovare il **coraggio** per iniziare il proprio cambiamento.

Le **musiche** scelte dal patrimonio di molteplici epoche e culture faranno emergere **sensazioni, emozioni e sentimenti** di cui spesso non siamo consapevoli mentre il **percussionista** mettendoci in contatto con il nostro **ritmo** interiore risveglierà la parte più **profonda ed istintiva** di ciascuno.



*Molte volte ho studiato la lapide che mi hanno scolpito:
una barca con le vele ammainate, in un porto.
In realtà non fu questa la mia destinazione,
ma la mia vita.
Perchè l'ambizione mi chiamò ed io mi ritrassi
dal suo inganno,
il dolore bussò alla mia porta ed io fuggii,
l'amore si presentò ed io ebbi paura.
Adesso so che bisogna lasciare andare la barca,
ovunque la spingano i venti del destino.
Dare un senso alla vita può condurre alla follia,
ma una vita senza senso è l'inquietudine
e il vano desiderio è una barca che anela il mare eppur lo teme.*

da "Antologie di Spoon River "
Edgar Lee Masters

Costo 70 €

Per informazioni e iscrizioni :

01119873599- 3484112536- 347/4273724

Email: info@biodanzaedintorni.it

www.biodanzaedintorni.it

***Portate qualcosa di buono da mangiare
per dividerlo con gli altri***