

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 17 Aprile
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 vele ammainate, in un porto.
In realtà non è questa la mia destinazione, ma la mia vita.
Poiché l'amore mi si offrì ed io mi ritrassi dal suo inganno;
il dolore bussò alla mia porta
ed io ebbi paura;
l'ambizione mi chiamò,
ma io temetti gli imprevisi.
Malgrado tutto avevo fame di un significato nella vita.
E adesso so che bisogna alzare le vele e prendere i venti del destino,
dovunque spingano la barca.
Dare un senso alla vita può condurre a follia,
ma una vita senza senso è tortura
dell'inquietudine e del vano desiderio;
è una barca che anela al mare eppure lo teme.*

George Gray da "Antologie di Spoon River "
Edgar Lee Masters

Costo 70 €

Per informazioni e iscrizioni :

0119873599- 3484112536- 347/4273724

Email: info@biodanzaedintorni.com

www.biodanzaedintorni.com

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