

Progetto di ECOPSICOLOGIA

ABITARE IL CORPO E VIVERE L'AMBIENTE

Un percorso di sviluppo di Vitalità e Consapevolezza del proprio Abitare la Vita.

**VENGO DA TE!**

Lo Studio Terramare propone un'attività di gruppo *outdoor* dove la stanza di lavoro sarà la **Natura**, *casa della vita dove siamo figli ed ospiti assieme.*

La Natura, *geografia, geometria e mappa della vita*, verrà visitata nel suo essere luogo che sviluppa e sostiene l'inclinazione biòfila della mente umana.

VENGO DA TE!

è un progetto di Ecopsicologia volto a riscoprire e sostenere il rapporto della persona con la Natura nei benefici che essa apporta alla nostra psiche. Il gruppo di lavoro si adopererà per connettersi *alla radice primitivista*, umana ed affettiva, esistenziale e storica del tempo degli uomini e del proprio Essere Umano. Sarà una esperienza di radicamento e presenza di sé attraverso la coscienza del proprio corpo che vive, respira, si emoziona nell'Ambiente Naturale. Da questa esperienza **ognuno potrà trarre nutrimento per il proprio Benessere e la propria Vitalità grazie alla connessione con se stesso, l'Altro e l'Ambiente**

VENGO DA TE!

Lo strumento di lavoro sarà il proprio corpo che si esprimerà attraverso la *danza no stile*. L'esperienza, che avrà inizio nelle sale gruppi dello studio Terramare, proseguirà nelle stanze di diversi scenari naturali dove colori, odori, suoni, forme e movimenti, favoriranno il nostro abitare consapevole, rispettoso e creativo. Visiteremo la natura

del poggio, del bosco e della spiaggia. Ci avvicineremo al tempo e allo spazio della storia in siti archeologici. Cammineremo fino alla natura scabra della Basilicata: dai boschi, ai campi, al mare fino ai templi, dove la profondità della storia si rivelerà nella sua interezza.

Il risveglio della nostra vitalità, il rilassamento progressivo, il contatto con l'ambiente ed il gruppo saranno fonti di rinnovata energia e gioia.

VENGO DA TE!

È un progetto studiato ed ideato, nell'ambito delle attività dello Studio Terramare, dalla dottoressa Lorenza Tosarelli, psicologa e psicoterapeuta, esperta in *danza no stile* ed *Expression Primitive* e dalla dottoressa Caterina Martelli, psicologa e psicoterapeuta, che da oltre 15 anni propongono percorsi psicologici integrati con percorsi di danza. Nello studio di questo progetto e nella sua esecuzione, si unisce loro la dottoressa Manuela Grippo, psicologa e psicoterapeuta. Le dottoresse, assieme, offrono una esperienza pensata, curata ed efficace.

VENGO DA TE!

Richiede interesse per una nuova esperienza, disponibilità a dedicarsi del tempo ed all'incontro. Non sono richieste abilità fisiche o conoscenze particolari.

Il progetto è dedicato a tutti, dai 18 anni sia donne che uomini.

Conduttrice dr.ssa Lorenza Tosarelli

Aiuto-conduzione dr.ssa Manuela Grippo

Supervisore del progetto dr.ssa Caterina Martelli

**È POSSIBILE ISCRIVERSI AD UNA O PIU' GIORNATE
A SECONDA DELLA PROPRIA DISPONIBILITA'**

IL GRUPPO SARA' COMPOSTO DA UN MASSIMO DI 8 PERSONE