



PROGRAMMA 2007-08

INCONTRI DEL LUNEDÌ. L'informazione come medicina. conferenze a tema in programma tutti i lunedì sera da Settembre a Maggio alle ore 21.00

- 1-10** **Il dilemma della conservazione o della trasformazione** Giù nel corpo su nel cielo avviene da sempre. Le stagioni, lo stesso ciclo della nostra esistenza esprimono il manifestarsi di conservazioni e l'incalzare di trasformazioni. E a noi resta la vita. *Cosimo Calavita medico, specialista in scienze dell'Alimentazione, perfezionato in Medicina Ayurvedica, Tradizionale Cinese e Omeopatia*
- 8-10** **Centra il bersaglio** Visto che raggiungere la giusta concentrazione non è una capacità innata, possiamo imparare a "centrare" il nostro obiettivo con tecniche messe a punto dalla psicologia dello sport. *Angelo Uberti, psicologo*
- 15-10** **Terapia Cranio-sacrale** Una metodologia manuale di lavoro sul corpo che aiuta efficacemente i meccanismi naturali di autoaggiustamento della postura sfruttando le pulsazioni che partono dal cranio e arrivano al sacro. *Maurizio Rimondi, terapeuta psicocorporeo*
- 22-10** **La terapia della voce** L'uso della voce racconta la padronanza che abbiamo del nostro corpo e tante altre cose... il bello di scoprirle... il piacere di usarle. *Coltrini Giuseppe, logopedista*
- 29-10** **Move-in** Portar fuori ciò che ci danza dentro tenendo la sintonia fra quello che sentiamo e le azioni che compiamo. *Gil Nedjari, fondatore della tecnica del Mov-In*
- 05-11** **Psicomotricità : attività motoria gioiosa e creativa.** Parlare di se attraverso il movimento è possibile con la psicomotricità. La novità è che si tratta di un gioco non solo per bimbi. *Franco Boscaini psicoterapeuta, specialista in clinica psicomotoria, Clara Gorno psicomotricista e l'equipe di Idea Salute*
- 12-11** **Conservazione e Trasformazione. Incontro alla frontiera** Lo sguardo del poeta sui desideri che manifestiamo, sui sogni che trasformiamo e sull'approdo che realizziamo. *Scroffi Giorgio, poeta*
- 19-11** **Pelle Prigioniera** Fondotinta e mascara a lunga permanenza, botox, tolgono alla pelle la possibilità di raccontare le emozioni..... sembrerebbe una vera tragedia. La sorpresa è che tutte li cercano. *Severo Graifemberghi, medico dermatologo, Alessandra Ghidini, medico esperta in medicina estetica*
- 26-11** **Le mille anime del cittadino e le nostre piste ciclabili** Da una lunga storia nazionale d'amore per la bicicletta, le ragioni per realizzare un uso più proficuo della strada e della pista ciclabile. *Ettore Brunelli, Assessore all'Ambiente e alla Mobilità Comune di Brescia*
- 03-12** **Endometriosi: mistero di una realtà in crescita** Auto-impedimento alla maternità? "Difetto di fabbrica"? Infezione? Quesiti e risposte per una serata con la femminilità *dr Fabio Rampinelli, ginecologo Ospedale Civile di Brescia*
- 10-12** **Le erbe del Creatore** Ricordi, usi sconosciuti e non delle piante medicinali nostrane fra passato e presente *Don Angelo Cretti, Parrocchia di San Bartolomeo*
- 17-12** **Ito termia** Dal Giappone profumi, gesti e caldi tocchi di salute *Patrizia Bolognese Bell, termista*
- 14-01-2008** **Integrazione posturale transpersonale** Le storie che il corpo racconta ci dicono che la via verso la gioia può essere raggiunta solo arrendendosi a lui, ai suoi bisogni e alle sue sensazioni. *Renata Catena, psicologa e psicoterapeuta*
- 21-01** **Come prendersi cura... della tiroide** Un miracolo di ingegneria racchiuso in trenta grammi capaci di condizionare la nostra vita dal punto di vista fisico e relazionale. *Del Barba Andrea, medico chirurgo Ospedale Civile di Brescia*
- 28-01** **Difensore civico tra cittadino e pubblica amministrazione: la medicina fatta persona** Un servizio gratuito che possiamo imparare ad utilizzare perché il gioco delle parti stia nel rispetto delle ragioni di ognuna. *Elisa Ribola, specializzata in materie giuridiche. Difensore Civico comunale*
- 04-02** **La fisica dell'Ayurveda** Oltre i mantra, la musicoterapia, la fitoterapia, vediamo insieme la ricca gamma di trattamenti al corpo, in gran parte sconosciuti che l'Ayurveda offre. *Assunta, Flaminia; Maria e Loredana*
- 11-02** **Le leggende alimentari** Conoscere per decidere di mangiare in santa pace quello che ci piace. *Cosimo Calavita, medico specialista in Scienze dell'alimentazione*
- 18-02** **Quando il cibo è linguaggio d'amore** Fra i mille modi di comunicare il cibo a volte impera, scoprire quello che passa in ciò che mangiamo può essere una bellissima avventura. *Flavia Maffezzoni, psicologa e psicoterapeuta dell'età evolutiva*
- 25-02** **Evoluzione del Catering alimentare dalla scuola alla terza età** Le garanzie di qualità in un mondo che non vede crisi e che a volte si nasconde dietro rustiche locande e agriturismi tipici. *Cosimo Calavita, medico specialista in Scienze dell'alimentazione*
- 03-03** **Cuochi novelli e l'arte di creare i profumi in cucina** L'odore del cibo è uno dei primi ingredienti per riconoscere la qualità e l'amorevolezza con la quale è stato preparato il piatto che ci arriva in tavola. *Cosimo Calavita, medico specialista in Scienze dell'alimentazione*
- 10-03** **Body Detox** Ancora prima di curarci iniziamo a disintossicarci *Tarcisio Prandelli, medico, omeopata e fitoterapeuta*
- 17-03** **Facciamolo con un fiore** Grazie ad uno dei profumi più amati e "stimati" in oriente ed occidente possiamo preparare un piatto dal profumo raffinato e misterioso. *Adriana Tronca, coltivatrice di zafferano, Azienda agricola Vigna di More Abruzzo*
- 31-03** **Come prendersi cura... del cuore** Grande quanto il pugno della nostra mano instancabilmente batte, con il tempo possiamo imparare ad ascoltarlo e rispettarne le fatiche che fa per darci la vita, *Mara De Feo, medico, cardiologo, Istituto Clinico S. Anna e Città di Brescia*
- 07-04** **Decidere senza pensare e pensare senza decidere.** incontro con la via alla decisione consapevole nella freschezza del quotidiano. *Flavia Maffezzoni, psicologa e psicoterapeuta dell'età evolutiva ed Angelo Uberti, psicologo*

- 14-04** ... **Decidere senza pensare e pensare senza decidere.** Incontro con la via alla decisione consapevole nella freschezza del quotidiano. *Flavia Maffezzoni, psicologa e psicoterapeuta dell'età evolutiva ed Angelo Uberti, psicologo*
- 21-04** **Erboristeria: dal mondo le soluzioni per una vita migliore** Come non perdersi nel variopinto labirinto di rimedi e portare a casa quello che ci serve. *Francesco Pretti, erborista*
- 28-04** **Incontro con l'altro** Il modello culturale altrui come fonte di rischio, ma anche come risorsa che allarga il proprio orizzonte. *Susanna Cancelli, formatore*
- 05-05** **Il dolore** Meditazione e gestione del dolore: un'esperienza personale. *Maria Teresa Nulli, psicologa, pedagogista clinica*
- 12-05** **Le emozioni... conoscerle e saperle gestire** Il linguaggio del corpo, dei gesti, dei segni che parlano di chi siamo e di cosa vogliamo. *Vanni Ligasacchi, sociologo*
- 19-05** **Tecniche Metamorfiche** La delicatezza di un tocco che muove un mondo dentro *Vanda Pasolini*
- 26-05** **Ascoltare e capire la musica.** *Dr Cristina Baldo, docente di Storia della Musica al Conservatorio di Brescia e Darfo Boario*