

ATTIVITÀ PERMANENTI

ABBRACCIO MUSICALE E PRE-RITMICA MUSICALE

Venerdì dalle 16,30 alle 17,30 con Marina Sbardolini. Liberamente ispirato al metodo Dalcroze

ABBRACCIO SESSIONE PRIVATA

Sabato dalle 9 alle 10 con Marina Sbardolini

ACUFENI: COME RITROVARE IL BENESSERE

Il e IV mercoledì del mese dalle 10 alle 11,30 dr.ssa Orietta Belotti

BIODANZA

Martedì dalle 21 alle 23 Stefania Marini

BIODANZA AL FEMMINILE

1° venerdì del mese dalle 21 alle 23

Luisa Eberhardt

BIOENERGETICA

Martedì dalle 19 alle 20,30 dr Angelo Uberti

CONSULENZA PSICOLOGICA

Lunedì, martedì e giovedì, dalle 9 alle 21,

su appuntamento, dr Angelo Uberti

CORSO DI DANZA IN FASCIA

su appuntamento, Silvia Bellerò

CORSO DI NEW VING TSUN (Autodifesa)

Mercoledì dalle 18 alle 19,30 Angelo Terlisio

DANZA DEL VENTRE, TRIBAL FUSION,

DANZA BENESSERE. Incontri individuali

su appuntamento Silvia Bellerò

ESADANZA

Mercoledì dalle 20,20 alle 23

dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

FELDENKRAIS

Lunedì dalle 16,30 alle 17,30 Madian Pini

GINNASTICA DI GRUPPO per lombalgia e

cervicalgia

Martedì dalle 9 alle 10 o dalle 11 alle 12

Mercoledì dalle 14 alle 15 o dalle 15 alle 16

o dalle 16 alle 17 o dalle 17 alle 18 o dalle 18

alle 19 Marta Tomasoni

LA LIBELLULA NEL BOSCO.

Scuola d'infanzia parentale

Dal lunedì al venerdì dalle 7,45 alle 16

Silvia Saletti e Madian Pini

LAVAGGIO ENERGETICO

dr.ssa Renata Catena e dr.ssa Flavia Maffezzoni:

su appuntamento

LIFE ALIGNMENT

Roberta Falchetti su appuntamento

MATEMATICA METODO DALCROZE

Da 6 a 10 anni

Sabato dalle 12,15 alle 13,15

con Marina Sbardolini

MASSAGGIO DI RIEQUILIBRIO POSTURALE

METODO REME

Sabato dalle 10 alle 14, su appuntamento,

Monica Redana

MEDITAZIONE PROFONDA CON I RICOSTRUTTORI NELLA PREGHIERA

Lunedì dalle 20,30 alle 22

METODO REME

Giovedì dalle 18,15 alle 20 Monica Redana

OSTEOPATIA

Venerdì dalle 13 alle 20 Marta Tomasoni

PIANOFORTE BIMBE

Venerdì dalle 18,30 alle 19,30 Marina

Sbardolini

POPPATE MUSICALI

Sabato dalle 11 alle 11,45 Marina Sbardolini

PSICOLOGIA E IPNOSI ERICKSONIANA

Mercoledì e Giovedì dalle 15 alle 19

dr.ssa Francesca Rodondi

PSICOTRAUMATOLOGIA

dr.ssa Renata Catena

e dr.ssa Flavia Maffezzoni: su appuntamento

RICAMIAMO, SFERRUZZIAMO E

UNCINETTIAMO IN COMPAGNIA PER

SCOPRIRE LA MAGIA (incontri gratuiti)

Lunedì dalle 15 alle 16,30 Grazia Ferrari

• RITMICA MUSICALE ADULTI

2° Sabato del mese dalle 15 alle 16

• RITMICA MUSICALE 7/12 anni

Venerdì dalle 17,30 alle 18,30

• RITMICA PRIVATA

Sabato dalle 10 alle 11

• RITMICA UNDER 100

Mercoledì dalle 11,15 alle 12,15

Venerdì dalle 15,30 alle 16,30.

Marina Sbardolini.

Liberamente ispirato al metodo Dalcroze

SHIATSU E ENERGY TAPING

Mercoledì e Venerdì dalle 14 alle 20

Anna Rossella Borboni: su appuntamento

TAI CHI CHUAN

Martedì: OVER 65 dalle 17 alle 18,30

UNDER 65 dalle 20 alle 21,30

Giuseppe Giusti

TRATTAMENTO ACCESS BARS

su appuntamento

Sabato dalle 10 alle 14

Monica Redana

TRATTAMENTI AYURVEDICI

su appuntamento

Lunedì dalle 11 alle 19

Martedì dalle 15 alle 18

TRATTAMENTI OLISTICI

su appuntamento

Sabato dalle 9 alle 15 Olga Burlaca

YOGA

Lunedì dalle 18 alle 20 Federica Capra

YOGA SCIAMANICO

Mercoledì dalle 18,30 alle 20

Venerdì dalle 10 alle 11,30

dr.ssa Rossana Monforte

INFORMAZIONI

Per informazioni chiama lo 030 230 28 40.

Dal lunedì al venerdì dalle 9,30 alle 13 e dalle 15 alle 18,30

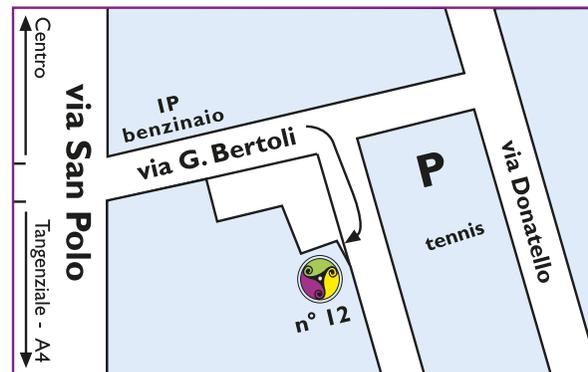
o visita il nostro sito www.ideasalute.org

COME RAGGIUNGERCI

Autostrada A4: uscita casello Brescia Centro.

Tangenziale sud: Uscita 8 - Direzione San Polo.

Autobus: 9 e 12.



MANDACI LA TUA E-MAIL

TI INFORMEREMO SULLE NOSTRE ATTIVITÀ MENSILMENTE

SEGUICI SU  

A TUTTE LE ATTIVITÀ
SI ACCEDE
PREVIO
TESSERAMENTO

DONA IL TUO 5X1000
PER LA REALIZZAZIONE
DEL GIARDINO BOTANICO
DELLE PIANTE PONTE



IDEA SALUTE
Centro Ricerche Terapie Naturali

IDEA SALUTE

Associazione di Promozione Sociale

Via Giuseppe Bertoli, 12 - Brescia

telefono e fax **030 2302840**

ideasalute@gmail.com - www.ideasalute.org

2024 / 2025

LE NOSTRE ATTIVITÀ

SETTEMBRE/GENNAIO



IDEA SALUTE
Centro Ricerche Terapie Naturali

L'arte di prendersi cura di sé.

Dal 1993

32° ANNO

L'Associazione culturale IDEA SALUTE si prefigge l'obiettivo di suggerire come conservare lo stato di benessere o eventualmente di conoscere e comprendere le ragioni che possono portare alla malattia, prevenirla o ritornare in salute, utilizzando e integrando gli strumenti ed i metodi naturali che ci mettono a disposizione sia la cultura occidentale che quella orientale. Il tutto attraverso un linguaggio semplice e ben comprensibile da tutti.

IDEA SALUTE È ANCHE:

- Consulenza Ayurvedica e Medicina TradizionaleCinese
- Ecologia Domestica
- Educazione Alimentare
Dr Cosimo Calavita
- Esperienze di aggregazione per bambini e ragazzi
- Karmayoga
- Libero spazio meditativo
- Riparificio

SETTEMBRE

PRESENTAZIONE DELLA STAGIONE CULTURALE E DELLE ATTIVITÀ 2024 - 2025

Sabato 14 dalle 15,30 alle 20

CORSO BASE DI NORDIC WALKING

Lunedì 23 e 30, venerdì 27 dalle 17 alle 18,30 con Adriano Bertazzi.
Uscita finale da concordare.

AVVIAMENTO AL FITWALKING

Lunedì 23 e 30, venerdì 27/09 e 4/10, dalle 18,30 alle 19,30.

Sabato 28/9 e 5/10 dalle 10 alle 11 con Adriano Bertazzi

EDUCAZIONE VISIVA METODO BATES

Sabato 21 dalle 10 alle 18 con Anna Rossella Borboni

TERAPIA DI GRUPPO

Giovedì 26 dalle 20 alle 22,30 con dr Angelo Uberti

TRANCE DANCE

Venerdì 27 dalle 21 alle 23 con dr.ssa Rosanna Monforte

OTTOBRE

MENOPAUSA SENZA PAUSA: riabilitazione pelvi perineale

Giovedì dal 3 al 31 dalle 19 alle 20 con Annalisa

INTENSIVO DI MEDITAZIONE

Sabato 5 dalle 9 alle 13 con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

DANZA SUFI "Il Fiore della Vita"

Domenica 6 dalle 10 alle 16,30 con Francesca Ferah Dalla Bernardina

UN VIAGGIO OLTRE LA SIEPE: come attraversare le paure per ritrovare il gusto della vita

Sabato 5, 19 e 26/10 e 9, 16 e 23/11 dalle 9,30 alle 12,30 con dr.ssa Renata Catena e dr.ssa Flavia Maffezoni

MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

Domenica 6 dalle 9 alle 18 con Agostino Lucidera

CORSO DI INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE PROFONDA con I Ricostruttori nella Preghiera

Giovedì dal 10/10 al 28/11 dalle 20,30 alle 22

DANZA BENESSERE DEL VENTRE

Sabato 12 dalle 10 alle 12 con Silvia Bellero

MENTORING ONCOLOGICO

Sabato 12 e 26/10; 9 e 23/11; 7/12 dalle 9 alle 12 con Claudio Teruzzi

LA MEDICINA INCONTRA LA MEDICINA.

Le salutari scelte terapeutiche

Sabato 12 dalle 9 alle 14 presso Università degli Studi di Brescia - Edificio Medicina e Chirurgia Aula Magna - viale Europa, 11 - Brescia. Dalle 16 alle 18 laboratori esperienziali presso Idea Salute via Bertoli, 12 - Brescia. Continua il ciclo di convegni con l'obiettivo di far conoscere l'interpretazione diagnostico-filosofica secondo la Medicina Allopatrica Occidentale, L'Ayurvedica, la Tradizionale Cinese, l'Omeopatia e la Psicologia.

CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: Più giovani, più a lungo

Venerdì 18 dalle 17,30 alle 20 con Lori

LABORATORIO AYURVEDICO: Sani e longevi

Venerdì 18 dalle 20,30 alle 23 con dr Cosimo Calavita, Elisa, Flaminia, Lori

EDUCAZIONE VISIVA METODO BATES

Domenica 20 dalle 10 alle 18 con Anna Rossella Borboni

COSTELLAZIONI FAMILIARI

Domenica 20 dalle 10 alle 18 con Mary Rose Adams

TERAPIA DI GRUPPO

Giovedì 24 dalle 20 alle 22,30 con dr Angelo Uberti

TRANCE DANCE

Venerdì 25 dalle 21 alle 23 con dr.ssa Rosanna Monforte

DANZATERAPIA, ESADANZA E CHAKRAS

Sabato 26 dalle 15,30 alle 19 con dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

SEMINARIO BASE DI ENNEAGRAMMA

Sabato 26 e Domenica 27 dalle 9,30 alle 17,30 con Daniela Temponi

NOVEMBRE

MENOPAUSA SENZA PAUSA: riabilitazione pelvi perineale (corso avanzato)

Giovedì dal 7 al 28 dalle 19 alle 20 con Annalisa

DANZA BENESSERE DEL VENTRE

Sabato 9 dalle 10 alle 12 con Silvia Bellero

INTENSIVO DI MEDITAZIONE

Sabato 9 dalle 9 alle 13 con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

Domenica 10 dalle 9 alle 18 con Agostino Lucidera

NATURAL CHECK-UP A IDEA SALUTE

Domenica 17 dalle 10 alle 19. Incontrare il proprio stato di salute e i possibili trattamenti naturali. Diagnostica: lettura dei polsi, lettura della lingua, riflessologia plantare ayurvedica. Trattamenti: shiatsu, ayurvedici, antistress, cranio sacrale, riflessologia plantare... Giornata aperta a tutti, a libera offerta, il ricavato sarà devoluto in beneficenza.

CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: Più giovani, più a lungo

Venerdì 15 dalle 17,30 alle 20 con Lori

LABORATORIO AYURVEDICO: Sani e longevi

Venerdì 15 dalle 20,30 alle 23 con dr Cosimo Calavita, Elisa, Flaminia, Lori

TERAPIA DI GRUPPO

Giovedì 28 dalle 20 alle 22,30 con dr Angelo Uberti

TRANCE DANCE

Venerdì 29 dalle 21 alle 23 con Dr.ssa Rosanna Monforte

DANZATERAPIA, ESADANZA E CHAKRAS

Sabato 30 dalle 15,30 alle 19 con dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

DICEMBRE

MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

Domenica 8 dalle 9 alle 18 con Agostino Lucidera

DANZA SUFI "Il Fiore della Vita"

Domenica 8 dalle 10 alle 16,30 con Francesca Ferah Dalla Bernardina

TRANCE DANCE

Venerdì 13 dalle 21 alle 23 con dr.ssa Rosanna Monforte

INTENSIVO DI MEDITAZIONE:

Sabato 14 dalle 9 alle 13 con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

DANZA BENESSERE DEL VENTRE

Sabato 14 dalle 10 alle 12 con Silvia Bellero

FESTA D'INVERNO

Sabato 14 dalle 19

TERAPIA DI GRUPPO

Giovedì 19 dalle 20 alle 22,30 con dr Angelo Uberti

CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: Più giovani, più a lungo

Venerdì 20 dalle 17,30 alle 20 con Lori

LABORATORIO AYURVEDICO: Sani e longevi

Venerdì 20 dalle 20,30 alle 23 con dr Cosimo Calavita, Elisa, Flaminia, Lori

DANZATERAPIA, ESADANZA E CHAKRAS

Sabato 21 dalle 15,30 alle 19 con dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

GENNAIO

FESTA DELLE BEFANE

Domenica 5 dalle 17

DANZA BENESSERE DEL VENTRE

Sabato 11 dalle 10 alle 12 con Silvia Bellero

INTENSIVO DI MEDITAZIONE

Sabato 11 dalle 9 alle 13 con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

Domenica 12 dalle 9 alle 18 con Agostino Lucidera

CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: Più giovani, più a lungo

Venerdì 17 dalle 17,30 alle 20 con Lori

LABORATORIO AYURVEDICO: Sani e longevi

Venerdì 17 dalle 20,30 alle 23 con dr Cosimo Calavita, Elisa, Flaminia, Lori

DANZA SUFI "Il Fiore della Vita"

Domenica 19 dalle 10 alle 16,30 con Francesca Ferah Dalla Bernardina

COSTELLAZIONI FAMILIARI

Domenica 19 dalle 10 alle 18 con Mary Rose Adams

TERAPIA DI GRUPPO

Giovedì 23 dalle 20 alle 22,30 con dr Angelo Uberti

TRANCE DANCE

Venerdì 24 dalle 21 alle 23 con dr.ssa Rosanna Monforte

DANZATERAPIA, ESADANZA E CHAKRAS

Sabato 25 dalle 15,30 alle 19 con dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci