

## ATTIVITÀ PERMANENTI

### 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

I Venerdì del mese dalle 21 alle 23

Luisa Eberhardt

### BIOENERGETICA

Martedì dalle 19 alle 20,30

dr Angelo Uberti

### CONSULENZA PSICOLOGICA

previo appuntamento

Lunedì, martedì e giovedì dalle 9 alle 21

dr Angelo Uberti

### CORSO DI DANZA IN FASCIA

previo 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: DANZATERAPIA PER IL

### BENESSERE INTEGRALE

Mercoledì dalle 20,15 alle 22,15

dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

### ESPERIENZE DI AGGREGAZIONE PER BAMBINI E RAGAZZI

### HATHA YOGA

Lunedì dalle 10 alle 11,30

Giovedì dalle 14 alle 15,30

Patrizia Pezzoli

### I NOSTRI SOGNI CI PARLANO DI NOI.

Come accedere ai loro messaggi.

Simboli, miti e credenze nel linguaggio  
dei sogni

I e III Mercoledì dalle 17,30 alle 19,30

dr.ssa Maria Calavita

### LA LIBELLULA NEL BOSCO. Scuola

dell'infanzia parentale

Progetto pensato e redatto da Silvia

Saletti

Dal lunedì al venerdì dalle 7,45 alle 16

### LABORATORI ESPERIENZIALI DI

### ARTETERAPIA

Il e IV Sabato dalle ore 10 alle 12,30

Manuela Giovanetti

### LAVAGGIO ENERGETICO

previo appuntamento - dr.ssa Renata

Catena e dr.ssa Flavia Maffezzoni

### LIFE ALIGNMENT

previo appuntamento - Roberta Falchetti

### MASSAGGIO DI RIEQUILIBRIO

### POSTURALE METODO REME –

### TRATTAMENTO ACCESS BARS

previo appuntamento

sabato dalle 10 alle 14 - 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

### MUSICA TUTTI

Liberamente ispirato al metodo Dalcroze

Venerdì dalle 17 alle 19 - Marina Sbardolini

### PILATES MATWORK

Martedì dalle 9,30 alle 10,30 e Giovedì

dalle 9 alle 10 - Fabio Schettino

### PSICOTRAUMATOLOGIA

previo appuntamento - dr.ssa Renata

Catena e dr.ssa Flavia Maffezzoni

### RICAMIAMO, SFERRUZZIAMO E

### UNCINETTIAMO IN COMPAGNIA PER

### SCOPRIRE LA MAGIA

### INCONTRI GRATUITI

Lunedì dalle 15 alle 16,30

Grazia Ferrari

### RIEDUCAZIONE POSTURALE E

### MASSAGGIO SPORTIVO

Giovedì dalle 14 alle 19

Raniero Serana

### RIPARIFICIO BIGIOTTERIA

I e III giovedì dalle 9,30 alle 11

Maurizia

### SHIATSU e ENERGY TAPING

previo appuntamento

Mercoledì dalle 14 alle 20

Anna Rossella Borboni

### SHIATSU PER GESTANTI E NON

previo appuntamento

dalle 9,30 alle 18,30 - Fabio Schettino

### TAI CHI CHUAN

Lunedì dalle 17 alle 18,30 - dalle 18,30

alle 20 - dalle 20 alle 21,30

Giuseppe Giusti

### TRATTAMENTI AYURVEDICI

previo appuntamento

Lunedì dalle 11 alle 19

### TRATTAMENTI OLISTICI

previo appuntamento - Olga Burlaca

### YOGA

Lunedì dalle 18 alle 20 Federica Capra

### YOGA SCIAMANICO

Mercoledì dalle 18,30 alle 20

Giovedì dalle 10,15 alle 11,15

dr.ssa Rosanna 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

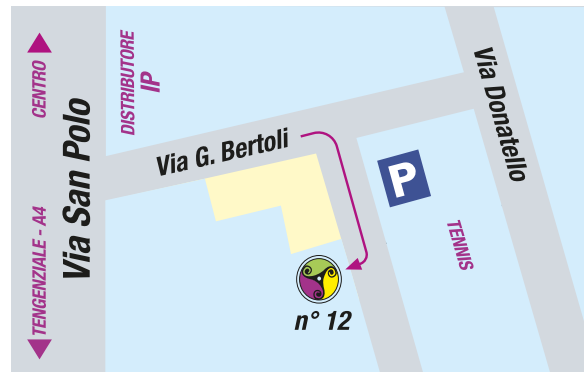
o visita il nostro sito [www.ideasalute.org](http://www.ideasalute.org)

## 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  
CF. 98058440177



**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](mailto:ideasalute@gmail.com) - [www.ideasalute.org](http://www.ideasalute.org)

# LE NOSTRE ATTIVITÀ

SETTEMBRE 2026 / GENNAIO 2027



34 ANNI  
INSIEME  
A VOI



**IDEA SALUTE**  
Centro Ricerche Terapie Naturali

L'ARTE DI PRENDERSI CURA DI SÉ



## Dal 1993

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 2026 - 2027

**Sabato 12** dalle 15,30 alle 20  
gli operatori saranno disponibili per illustrare le loro attività

### TRANCE DANCE

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

### CORSO BASE DI NORDIC WALKING

**Lunedì 28/09 e 5/10, Venerdì 2 e 9/10**  
dalle 17 alle 18,30 una uscita finale di 3 ore da concordare con i partecipanti, consegna Attestato di Partecipazione Maestro Adriano Bertazzi

### AVVIAMENTO AL FITWALKING

**Lunedì 28 e 5/10, Venerdì 2 e 9/10**  
dalle 18,30 alle 19,30.

**Sabato 3/10 e 10/10** dalle 10 alle 11  
Maestro Adriano Bertazzi

### TERAPIA DI GRUPPO

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

## OTTOBRE

### MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

**Domenica 4** dalle 9 alle 18  
con Agostino Lucidera

### INTENSIVO DI MEDITAZIONE *La magia del momento presente*

**Sabato 10** dalle 9 alle 13  
con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

### CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: *Più giovani, più a lungo*

**Venerdì 16** dalle 17 alle 20 con Lori

### LABORATORIO AYURVEDICO: *Sani e longevi*

**Venerdì 16** dalle 20 alle 23 con  
dr Cosimo Calavita, Elisa, Flaminia, Lori

### SPUNTI DI RIFLESSOLOGIA PLANTARE PER PRENDERSI CURA DI SÉ

**Martedì dal 20/10 al 22/12 16**  
dalle 20 alle 21,30  
con Lorenza Archetti

### CORSO DI INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE PROFONDA

**con I Ricostruttori nella Preghiera**  
**Giovedì dal 22/10 al 10/12**  
dalle 20,30 alle 22

### TERAPIA DI GRUPPO

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

### DANZATERAPIA E IL VIAGGIO DELL'EROE E LA GUARIGIONE DELLE 5 FERITE DELL'ANIMA

**Sabato 24** dalle 15,30 alle 19  
con dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

### TRANCE DANCE

**Venerdì 30** dalle 20,30 alle 22,30  
con dr.ssa Rosanna Monforte

### LA MEDICINA INCONTRA LA MEDICINA.

*Cura della salute umana: insegnamenti dal mondo*

**Sabato 31** dalle 9 alle 14 presso  
Università degli Studi di Brescia -  
Edificio Medicina e Chirurgia Aula  
Magna. V.le 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  
della salute secondo la Medicina  
Allopatrica Occidentale, l'Ayurvedica, la  
Tradizionale Cinese, l'Omeopatia e la  
Psicologia

## NOVEMBRE

### MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

**Domenica 8** dalle 9 alle 18  
con Agostino Lucidera

### CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: *Più giovani, più a lungo*

**Venerdì 20** dalle 17 alle 20  
con Lori

### LABORATORIO AYURVEDICO:

*Sani e longevi*

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

### INTENSIVO DI MEDITAZIONE *La magia del momento presente*

**Sabato 21** dalle 9 alle 13  
con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

### NATURAL CHECK-UP A IDEA SALUTE

*Incontrare il proprio stato di salute e i possibili trattamenti naturali.*

**Domenica 22** dalle 10 alle 19.  
Diagnostica: lettura polsi e lingua  
secondo la medicina ayurvedica,  
ecografia tiroidea, valutazione  
gastroenterologica, valutazione  
neurologica, consulenza omeopatica,  
colloquio psicologico, lettura del corpo  
secondo la bioenergetica, test  
grafologico, consulenza per acufeni...  
Trattamenti: ayurvedico corpo, tecnica  
metamorfica, massaggio antistress,  
massaggio olistico, riflessologia  
plantare, cranio-sacrale, shiatsu,  
shiatsu e tape, metodo Reme,  
trattamento Bars, trattamento  
benessere...  
Giornata aperta a tutti, a libera offerta,  
il ricavato sarà devoluto per la  
realizzazione del giardino botanico  
delle "Piante Ponte"

### TERAPIA DI GRUPPO

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

### TRANCE DANCE

**Venerdì 27** dalle 20,30 alle 22,30  
con dr.ssa Rosanna Monforte

### DANZATERAPIA E IL VIAGGIO DELL'EROE E LA GUARIGIONE DELLE 5 FERITE DELL'ANIMA

**Sabato 28** dalle 15,30 alle 19  
con dr.ssa Maria Grazia Guglielmucci

## DICEMBRE

### FESTA D'INVERNO

**Sabato 12** dalle 19

### INTENSIVO DI MEDITAZIONE *La magia del momento presente*

**Sabato 12** dalle 10 alle 12  
con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

### TERAPIA DI GRUPPO

**Giovedì 17** dalle 20 alle 22,30  
con dr Angelo Uberti

### CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: *Più giovani, più a lungo*

**Venerdì 18** dalle 17 alle 20  
con Lori

### LABORATORIO AYURVEDICO: *Sani e longevi*

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

### TRANCE DANCE

**Venerdì 18** dalle 20,30 alle 22,30  
con dr.ssa Rosanna Monforte

### DANZATERAPIA E IL VIAGGIO DELL'EROE E LA GUARIGIONE DELLE 5 FERITE DELL'ANIMA

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

### MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

**Domenica 20** dalle 9 alle 18  
con Agostino Lucidera

## GENNAIO

### FESTA DELLE BEFANE

**Martedì 5** dalle 17

### MASSAGGIO ANTISTRESS E AROMATERAPIA

**Domenica 10** dalle 9 alle 18  
con Agostino Lucidera

### CORSO DI CUCINA AYURVEDICA: *Più giovani, più a lungo*

**Venerdì 15** dalle 17 alle 20  
con Lori

### LABORATORIO AYURVEDICO: *Sani e longevi*

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

### INTENSIVO DI MEDITAZIONE *La magia del momento presente*

**Sabato 16** dalle 9 alle 13  
con Roberta Falchetti e Maria Frozzi

### TERAPIA DI GRUPPO

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

### TRANCE DANCE

**Venerdì 29** dalle 20,30 alle 22,30  
con Dr.ssa Rosanna Monforte

### DANZATERAPIA E IL VIAGGIO DELL'EROE E LA GUARIGIONE DELLE 5 FERITE DELL'ANIMA

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

