

L'anima in movimento  
L'anima in movimento  
L'anima in movimento

Conduce:  
dott.ssa **Elena Cavaciocchi**  
Psicologa, Psicoterapeuta,  
Trainer di tecniche di rilassamento,  
Conduttrice di gruppi di danza  
espressiva e di danzaterapia, e di  
Movimento creativo per disabili

tel.: 328 7125758  
e-mail: e-cav@tiscali.it  
www.elenacavaciocchi.net

L "Anima in Movimento" si rivolge

a coloro che sono interessati a sciogliere i propri blocchi fisici ed emotivi

a sviluppare appieno i propri talenti ed accedere alle risorse finora rimaste nascoste

a chi vive un momento di disagio, per recuperare il benessere e la pienezza della vita

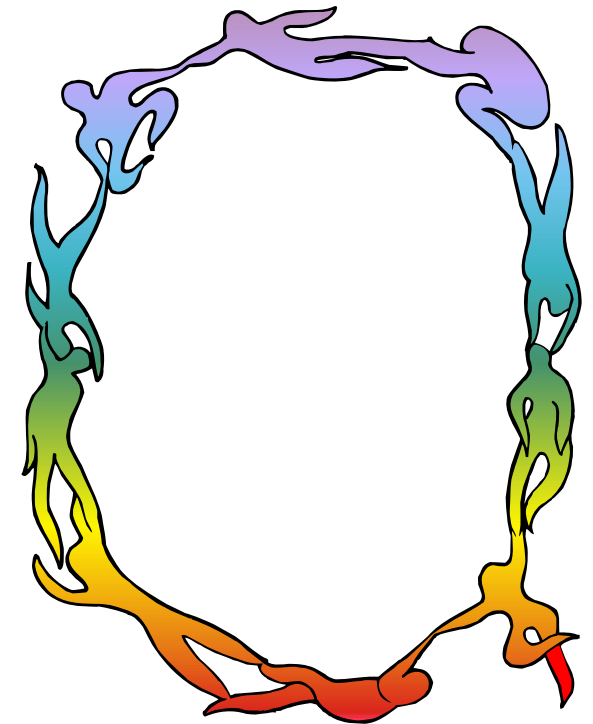
agli artisti che intendono meglio sviluppare le loro potenzialità espressive

a chi lavora nel campo dell'aiuto, per superare il senso di frustrazione e trovare nuove e più dirette vie nella relazione con l'altro

a tutti coloro che sentono l'esigenza di vivere ad una più alta intensità

... a te ....

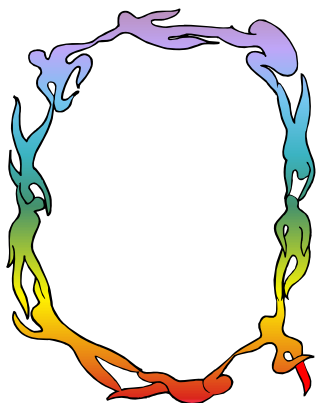
L'anima in movimento  
L'anima in movimento  
L'anima in movimento



Percorso di terapia ed evoluzione  
attraverso il movimento  
nel corpo...

Un sabato al mese - dalle ore 10:00 alle 12:30  
presso Associazione Arca - via Giubilei, 18 - Prato - www.arcaprato.it  
Per prenotazioni e/o maggiori informazioni: Elena Cavaciocchi 328 71 25 758  
Associazione Arca - segreteria dal lunedì al venerdì ore 15:30 - 21:30 

L'anima in movimento



...così che l'anima,  
dopo il corpo,  
si metta in movimento.  
Per contattare  
il nostro Sé più profondo,  
incontrare  
il profondo Sé dell'altro...  
Creare un profondo,  
solido Noi.  
Un nuovo modo  
di Essere nel Mondo

L'anima in movimento

Spesso, sul nostro cammino, ci imbattiamo nella memoria del corpo: le nostre esperienze emotive più pesanti si sono cristallizzate nelle fasce muscolari, bloccando la pienezza della motilità e del respiro. E, spesso, capire non basta: Occorre lavorare il corpo, trasponendo la coscienza su un piano, sincretico, ove la trasformazione sia possibile ad ogni livello: fisico, intellettuale, emotivo, spirituale... E' LA' che avviene il Vero Incontro: con la Nostra Essenza, con l'Essenza dell'Altro. Il Gruppo diventa allora un'opportunità per veder amplificata la propria Energia, e per sperimentare la Risonanza che, superando ogni dualismo, riconnette l'Anima al Corpo, l'Individuo al Cosmo... la Sensibilità (il nostro radicamento fisico) alla Conoscenza (la nostra identificazione col pensiero), l'Immagine alla Realta'.

Lavorare il corpo permette di educarlo alla piena e cosciente espressione di Sè : la ricchezza e varietà dei nostri gesti corrisponde allora alla ricchezza e varietà di significato nelle nostre relazioni ed emozioni.

Ci accorgeremo così che il corpo ha la propria saggezza, logica, capacità di curarsi: e questo ci ispirerà una sicurezza ed un rispetto nuovi verso le forze istintive della vita.

L'anima in movimento

Un sabato al mese  
dalle ore 10:00 alle 12:30  
presso:



ASSOCIAZIONE ARCA  
Via Giubilei, 18 59100 Prato Nord  
Tel: 0 5 7 4 4 6 8 3 0 8  
web: [www.arcaprato.it](http://www.arcaprato.it)  
e-mail: [info@arcaprato.it](mailto:info@arcaprato.it)  
Orario Segreteria:  
dal Lunedì al Venerdì 15:30 - 21:30

Prossimi incontri:

**2009** 10 ottobre  
14 novembre  
12 dicembre

**2010** 09 gennaio  
13 febbraio  
13 marzo  
17 aprile  
15 maggio

NB.: "il percorso è sempre aperto".