

A conclusione dell' Evento:

Chiostro del Pozzo

18:00 - 18:30

Canto dei Kirtan con **Antonio Cuti e Ramona Zerbi**



18:30

Progetto Officina Corpo presenta "In corpi nuovi"
Liberamente ispirato alle metamorfosi di Ovidio

Le donne nelle metamorfosi di Ovidio e il loro rapporto con la natura. Racconti di vita, di morte, di amore e di ribellione. Una rilettura personale per una performance itinerante pensata per spazi aperti.

Testo e regia: **Linda Confalonieri**
con: Eleonora Frigato, Chiara Grossi, Greta Nembri,
Lavinia Seresini, Maria Grazia Serina,
Gianmarco Severgnini

**Accesso ai laboratori
SOLO SU PRENOTAZIONE**
al numero: 366 7688277
email: aism.cremasco@aism.it
o tramite Qrcode



Gruppo Operativo AISM cremasco

Viale Europa 41, 26013 Crema (CR)

Tel/cel 366 7688277

www.aism.it/cremona

aism.cremasco@aism.it

@AISMGodelcremasco

L'evento è aperto a tutti e gratuito – per ogni singolo partecipante è consigliato abbigliamento comodo e portarsi un personale tappetino/telo (forniti in loco a chi sprovvisto)

Un ringraziamento a:



Artwork a cura di:
• Francesco Erfini
• Alessio Marazzi

EVENTO BENESSERE AISM

**SCLE
ROSI
MULT
IPLA**
associazione
italiana

un mondo
libero dalla SM

Mente, Corpo, Spirito

Laboratori esperienziali



Centro Culturale Sant' Agostino, Crema
Domenica 18 settembre 2022
dalle 08.30 alle 20.00

Accesso ai laboratori SOLO SU PRENOTAZIONE
Tutte le info sul retro di questo volantino

Con la collaborazione del



Comune di Crema

Stand continuativi:

Presso il Cortile del Museo Civico di Crema

Performance artistica-istallativa @Legàmi

A cura di **Elisa Tagliati**: performer artista insegnante.

Presso la Piazzetta W. T. Gregorj, INGRESSO Centro Culturale Sant'Agostino,

Infopoint a cura del Gruppo Operativo AISM Cremasco e in rappresentanza del

Centro Clinico Sclerosi Multipla dell'Asst di Crema

con **Ester Assandri**: Infermiera specializzata.

Sessioni individuali - inizio ore 10:00

Sotto i portici dei **Chiostri dell'Ex Convento**, sempre e solo su prenotazione tramite link, Qcode, mail o cell. di Sezione. **Max di 2 Sessioni a persona.**

Trattamento Bars con **Elisabetta Pugliese**

Trattamento Reiki con **Elisabetta Pugliese** e **Alessia Parolari**

Trattamento Craniosacrale e Shiatsu biodinamico con **Monica Crippa**

Trattamento Shiatsu con **Mauro Rivolta** e **Laura Gibertoni**

Riflessologia Plantare con **Raul Grioni**

Trattamento Ayurvedico con Aromaterapia a cura di **Elena Pedrinelli**

Trattamento con Cristalli Tachionizzati a cura di **Flurina Zindel**

Massaggio con Campane Tibetane e diapason con **Roberta Regazzoli**

Trattamento mani con oli essenziali con **Mariella Amato**. 10' Accesso libero

Sessioni di gruppo - mattino:

Chiostro Magnolia

08:30 - 09:30

Risveglio Energetico con **Mauro Rivolta**

10:00 - 11:00

Corpo e Coscienza (G. Courchinoux) con **Barbara Nespoli**

11:30 - 12:30

T'ai Chi Ch'uan con **Fabrizio Burattini**

Chiostro del Pozzo

10:00 - 11:00

Yoga-Hatha Yoga metodo Satyananda con **Ramona Zerbi**

11:30 - 12:30

Yoga Dinamico - Sun Power Dynamic con **Emanuel Bruschi**

Sala Pietro da Cemmo

10:00 - 11:00

Pilates con **Marina Taffettani**

11:30 - 12:30

Meditazione-Chakra Sounds Meditation con

Fernanda Frassi, Psicologa AISM

CremArena

turni 10.00/11.00; 11.00/12.00; 12.00/13.00 Nordic Walking con **Claudia Marotta**

Chiostro magico

10.00 - 11.00

La buona alimentazione con **Mariella Amato**, Alimentarista

11:00 - 12:00

Musicoterapia "Il ritmo delle emozioni" con **Cristina Cipollaro**

Sala Fra' Agostino

11:00 - 11.45

Allena la Mente con la **Dott.ssa Eleonora Moro**,

Psicologa AISM

Sessioni di gruppo - pomeriggio:

Chiostro Magnolia

14:30 - 15:30

Mindfulness con **Fernanda Frassi**, Psicologa AISM

16:00 - 17:00

Yoga-Hatha Yoga metodo Satyananda con **Ramona Zerbi**

Chiostro del Pozzo

14:30 - 15:30

Corpo e Coscienza (G.Courchinoux) con **Barbara Nespoli**

16:00 - 17:00

T'ai Chi Ch'uan con **Fabrizio Burattini**

Sala Pietro da Cemmo

15:00 - 16:00

Bagno di Gong con **Denis Guerini** e **Claudio Mazzoli**

di Gong World

16:30 - 17.30

Yoga Dinamico - Sun Power Dynamic con **Emanuel Bruschi**

Chiostro magico

15.00 - 16.00

La buona alimentazione con **Mariella Amato**, Alimentarista

16:00 - 17:00

Musicoterapia "Il ritmo delle emozioni" con **Cristina Cipollaro**

Sala Fra' Agostino

17.00 - 17.45

Allena la Mente con la **Dott.ssa Eleonora Moro**,

Psicologa AISM

Dal vivo con **Paola Beltrami**, Musicoterapista e Arpa Terapeuta