

MINI CONFERENZE

10:15 – 11:15

LAURA TALLERI: BARS, COSA SONO?

I BARS sono un insieme di 32 punti che nel trattamento in presenza, si trovano sulla testa e che riflettono tutti gli ambiti della nostra esistenza: soldi, guarigione, relazioni, gioia, tristezza, creatività, ecc... Sfiando delicatamente queste barre energetiche – da qui il nome – vengono destrutturate le componenti elettromagnetiche di tutti i pensieri, i punti di vista, le idee, le considerazioni, le emozioni, le sensazioni, i sentimenti, gli atteggiamenti, le memorie, i giudizi, le conclusioni, le considerazioni e le credenze limitanti che vi sono immagazzinate, per far sì che il passato non si proietti più sulle dinamiche del presente allo stesso modo: le onde cerebrali rallentano, permettendo l'accesso a modelli comportamentali, sistemi di credenze e punti di vista in corso da ogni tempo, cambiando così le probabilità delle future possibilità, lasciando spazio al cambiamento, a più scelta, a più energia e a più presenza nella propria vita, portando numerosi benefici su tutti i livelli.
laura.talleri@gmail.com | +41764648973

11:30 – 12:30

MANUELA COLLA: SALUTE, SPIRITUALITÀ FEMMINILE

Ti piacerebbe scoprire che puoi attingere dal tuo essere donna per nutrirti? Vuoi comprendere la connessione tra la salute dei tuoi seni, del tuo utero, delle tue ovaie, del bacino tutto, e certi aspetti della tua vita? Sai del potere magico della natura selvaggia per vivere la tua natura? Come puoi crearti spazi magici di rafforzamento e vitalità, per iniziarti a te stessa e alla tua Bellezza? Nella natura e all'interno. Dedicato a te: sei sana; vivi disarmonie a livello dei seni o del bacino; vivi o hai vissuto cancro al seno o all'utero/ovaie e ti stai ri-orientando. In ogni caso, senti il richiamo ad esplorare il tuo Femminile e a viverti.
info@ilritmodellacarovana.ch | www.ilritmodellacarovana.ch/it/per-donne

12:45 – 13:45

DEBORAH PONTI:

IL CAMBIAMENTO ATTRAVERSO IL COACHING E LA CRESCITA PERSONALE

La crescita non avviene per caso, dev'essere intenzionale. Desidero condividere con te la mia storia di come mi sono avvicinata al mondo del coaching e della crescita personale, in che modo ha cambiato me stessa e la mia vita e perché ho deciso, dopo diversi percorsi personali e corsi di formazione, di mettere a disposizione le mie conoscenze e le mie esperienze per aiutare e sostenere altre donne che come me hanno il desiderio di migliorare sé stesse e la loro vita.
info@deborahponti.com | +41765811192 | www.deborahponti.com

14:00 – 14:30

CHRISTINE RIHS:

PIACEREDONNA, LA SESSUALITÀ NON È SOLO FUNZIONE!

Esistono scuole di ogni genere: di teatro, di danza, di contabilità, di tennis, di cucina, di musica, di guida e allora perché non occuparci anche del piacere? Una scuola che metta l'accento non sul rendimento, bensì sul piacere. Scopri le proposte al Salotto di PiacereDonna.
info@piaceredonna.ch | www.piaceredonna.ch

14:30 – 15:00

CHRISTINE RIHS:

LE FANTASIE EROTICHE. TROPPE? TROPPO POCHE? ...O QUELLE SBAGLIATE?

Questa piccola conferenza ci immerge nel mondo dell'immaginario: *"La donna è ancora oggi vista come essere romantico, ma non come essere sessuale e l'immaginario erotico femminile è stato a lungo culturalmente censurato"* (Ilaria Consolo). Le fantasie sessuali sono davvero una prerogativa maschile?
info@piaceredonna.ch | www.piaceredonna.ch

15:15 – 16:15

ANNA BACCHIA: OLTRE LA CRISI

Oggi tutti noi, nessuno escluso, viviamo un momento storico mai verificatosi prima. Situazioni critiche chiedono soluzioni molto impellenti. Tutti oggi anelano di vivere. Liberi. Di incontrarsi e condividere. Questo emerge ovunque. La crisi ci fa sognare libertà, pace: che ogni uomo conosca da sempre. E oggi anela più di tutto. Ma ecco: il piano dei problemi non è il piano delle soluzioni. Questo incontro propone il piano delle soluzioni "Oltre la Crisi".
workshops@annabacchia.net | +41797339133 | www.annabacchia.net

16:30 – 17:30

SIMONA TRABUCCO: LABORATORIO PRATICO DI SVILUPPO DELL'INTUIZIONE CON I TAROCCHI DI JODOROWSKI

"Chiudete gli occhi e ricominciate". Chiudere lo sguardo che va all'esterno serve ad aprire lo sguardo interiore e a sviluppare il linguaggio simbolico del Tarot, per Jodorowsky la nuova forma di psicanalisi. In questo laboratorio teorico-pratico, adatto a tutte/i, utilizzeremo i 22 Arcani Maggiori e alcuni oggetti personali per imparare a dialogare con le immagini che abitano il nostro inconscio e la nostra psiche, pacificandole e svelandone l'utile messaggio sottile, il fine ultimo cui l'anima tende.
simonatrabucco@laghianda.ch | www.laghianda.ch

17:45 – 18:45

CINZIA LONGONI & ANTONELLA DI RAIMONDO:

REIKI E ASTROLOGIA, UNA SINERGIA PER IL TUO RI-EQUILIBRIO

Il Reiki è un prezioso strumento grazie al quale possiamo affrontare le sfide che la vita ci propone facendo leva sui nostri punti di forza e creando con noi stessi una straordinaria "convivenza" con le vibrazioni della forza e dell'energia. Con una lettura astrologica possiamo individuare quei punti nel "Tema natale" che non favoriscono il normale fluire dell'energia. In questo modo, abbinando queste due discipline, avremo una panoramica completa del momento che si sta vivendo e le chiavi per sbloccare tutto il nostro potenziale.
cinzia.longoni@bluemail.com

19:00 – 20:00

MANUELA CANOVA: THE JOURNEY

Un viaggio interiore guidato, così potente da condurti proprio al centro di te stessa/o, dove puoi accogliere i tuoi vissuti in unione con la legge più grande che è l'Amore, che non giudica, capisce, accoglie e perdona. Un'esperienza di contatto con la tua saggezza profonda, che può guidarti a trovare le risposte alle tue domande e a sciogliere le resistenze per vivere pienamente la tua vera natura.
manudanza@bluemail.ch | info@manuelacanova.ch

MOVIMENTO E MEDITAZIONE

10:00 – 12:00

SIMONA TRABUCCO:

YOGA SCIAMANICO E MANTRA MADRE: CREATIVITÀ E ABBONDANZA

"A cosa serve la barca a chi ha già attraversato il fiume?"

Una potente pratica di yoga meditativo e del respiro adatta a tutte/i per risvegliare il potere di visione, l'unione con la propria anima selvaggia, con la volontà dell'ombra, nelle braccia di Ade. Agendo sulla deprogrammazione dei condizionamenti sociali, le pratiche di origine tantrica riportano nello stato di estasi delle origini, al sacrum facere, al risveglio del potere creativo e all'attrazione dell'abbondanza.
simonatrabucco@laghianda.ch | www.laghianda.ch

12:45 – 13:45

MANUELA COLLA: IL RITMO DELLA CAROVANA

Le carovane nel deserto sono per tutt*

Un viaggio iniziatico, la scoperta di nuove terre e di un'arcaica cultura in paesaggi infiniti di primordiale bellezza. Il ritmo è quello ancestrale, che da qualche parte pulsa ancora dentro di noi, un ritmo che ti porta... il ritmo della carovana! Ognuno con il proprio cammello, ci accompagnano i Tuareg del Kel N'Ajjer nel cuore del Sahara centrale, Algeria.
info@ilritmodellacarovana.ch | www.ilritmodellacarovana.ch

14:00 – 15:00

MYA LURGO: YOGA DEI SETTE RITI TIBETANI – LIVELLO AVANZATO

Perfezionamento della tecnica e accortezze per praticanti.

Appartieni a quella categoria di persone che si allena anima e corpo, in solitaria, con i Riti Tibetani, ma nessuno ha mai verificato la qualità delle tue posture, la respirazione o insegnato il Sesto Rito, vero elisir di eterna giovinezza?

Ti aspetto a braccia aperte per ottimizzare la Pratica.

myalurgo@gmail.com | www.riritibetani.ch

15:15 – 16:15

CORINNA HAASE (CORY YOGA): FLUISCI ATTRAVERSO IL RESPIRO

Lezione dinamica e fluida di Vinyasa Yoga che permette di entrare in contatto con il nostro centro di luce, la nostra essenza, portando consapevolezza nel nostro corpo e nel nostro respiro. Portando morbidezza nel corpo automaticamente anche i nostri pensieri si addolciscono. Durante la lezione si farà un pranayama (tecnica di respirazione), per poi passare a una parte più dinamica in movimento e terminare con un rilassamento finale, accompagnato da una musica dolce. Lezione adatta a tutti, sia per principianti che intermedi.

cory.yogawithheart@gmail.com | Sms o WhatsApp +41763836293

www.coryyogawithheart.com

16:30 – 17:30

LAURA TALLERI

I BARS rappresentano un momento di nutrimento e di gentilezza verso se stessi, spengono il chiacchiericcio mentale, permettono maggiore facilità e gioia in tutti gli ambiti della nostra vita, e senza il bisogno di capire davvero quali siano le limitazioni, il che permette un'ulteriore espansione energetica. Ti siedi comodamente e fai "venire su" tutti i punti di vista che puoi rilasciare in una sessione di gruppo divertente, pazza e gratuita. Facendo scorrere i Bars stai letteralmente cambiando le probabilità delle future possibilità, permettendoti di essere la domanda e l'energia che crea qualcosa di diverso. E come può essere ancora meglio di così?

laura.talleri@gmail.com | +41764648973

17:45 – 18:45

MANUELA CANOVA: DANCE, OTHERWISE WE ARE LOST

Danzare quale modalità espressiva naturale e libera è uno strumento di autoconsapevolezza che, ristabilendo il contatto tra mente, corpo e spirito, stimola la comunicazione tra il proprio mondo interiore e quello esteriore promuovendo così il benessere. Chi danza in modo spontaneo, senza farsi limitare dal giudizio, può infatti ritrovare un'energia vitale che credeva diminuita, può accogliere parti di sé trascurate per anni, può lasciarsi sorprendere dalla propria creatività e incontrare sé e gli altri con maggiore fiducia.

manudanza@bluemail.ch | info@manuelacanova.ch

CONSULENZE E VENDITA

IL MONDO DI L

Con Laura Nembri Pedrolì

COSMETICA & BENESSERE

Con Gianpasqua Danesi

LA GHIANDA Mercatino olistico e libri

Con Simona Trabucco

ANNA BACCHIA

NutriBenEssenza

Di Sabrina (Consulente di Benessere e di Oli essenziali)

FLORITERAPIA | FIORI FABI

di Fabienne Poretti, consulente, formatrice Fiori di Bach e fornitrice per terapisti, insieme a...

GABRIELLA FLORITERAPIA

di Gabriella Gottardi, floriterapeuta dipl. e consulente di essenze floreali, tra cui Australian Bush Flower