

## Bozza calendario eventi 2009

Data	Ora	Attività	Durata
<i>Gennaio 2009</i>			
Sab. 10/01/2009	15.00	<i>Conferenza di presentazione dell'Associazione e delle sue attività</i>	2 ore
Ven 16/01/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Ven 23/01/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 24/01/2009	15.00	Laboratorio di espressione creativa	2 ore
Ven 30/01/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
<i>Febbraio 2009</i>			
Ven 06/02/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 07/02/2009	15.00	Una Conferenza.. con The! <i>"Trattamenti di medicina alternativa e complementare in età pediatrica"</i> a cura del Dottor Fazio Fabini	2 ore
Ven 13/02/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 14/02/2009	15.00	Seminario "Risveglia i sensi, coltiva la sensualità"	3 ore
Ven 20/02/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 21/02/2009	15.00	Laboratorio di espressione creativa	2 ore
Ven 27/02/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
<i>Marzo 2009</i>			
Ven 06/03/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 07/03/2009	15.00	Una Conferenza.. con The! <i>"Scopri e realizza il tuo potenziale – Per una vita e un lavoro soddisfacente e di successo"</i> con Anna Fata e Maurizio Fedeli Santucci	2 ore
Ven 13/03/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 14/03/2009	15.00	Seminario "Risveglia l'intuito"	3 ore
Ven 20/03/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 21/03/2009	15.00	Laboratorio di espressione creativa	2 ore
Ven 27/03/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
<i>Aprile 2009</i>			
Ven 03/04/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 04/04/2009	15.00	Una Conferenza.. con The! <i>"Tra piacere e salute: L'alimentazione mediterranea"</i> , a cura di Catia Bottegoni	2 ore
Ven 10/04/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Ven 17/04/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 18/04/2009	15.00	Laboratorio di espressione creativa	2 ore
Ven 24/04/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
<i>Maggio 2009</i>			
Ven 08/05/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora

Sab 09/05/2009	15.00	Una Conferenza.. con The! <i>"Il benessere non ha età: La nuova primavera dopo i 50 anni"</i> , a cura di Silvana Pareschi	2 ore
Ven 15/05/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Ven 22/05/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 23/05/2009	15.00	Laboratorio di espressione creativa	2 ore
Lun 25/05/2009	16.30	<i>Premio Manager e Imprenditore Etico dell'Anno</i>	2 ore
Ven 29/05/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
<i>Giugno 2009</i>			
Ven 05/06/2009	18.00	Seduta di rilassamento e meditazione	1 ora
Sab 06/06/2009	15.00	Una Conferenza.. con The!	2 ore

Tutte le attività, ove non diversamente indicato, si terranno presso:

**Hotel Universal\*\*\***

Lungomare Mameli 47

Senigallia (Ancona)

*Le "Conferenze con The" sono ad ingresso libero e gratuito*

## **Contenuti e modalità degli eventi**

### *“Una Conferenza ..con the!”*

Un momento di incontro, di scambio, di ascolto con Esperti in materia di salute e benessere. Le conferenze saranno caratterizzate dall'interattività con il pubblico, all'insegna di un linguaggio semplice, comprensibile da tutti, pur nella sua correttezza e scientificità, e aggiornamento in materia. Un'occasione per chiarire i propri dubbi, porre quesiti al fine di stare meglio con se stessi, il partner, i figli, i colleghi di lavoro. Un'atmosfera piacevole e familiare, unita alla possibilità di gustare un ottimo the.

Alcuni temi che verranno trattati:

- ✓ Il cibo: superare i sensi di colpa e gustarsi un piacere della vita
- ✓ Tempo di crisi e di austerità: Riscoprire i veri valori e ri-costuirsi la propria felicità
- ✓ Risvegliare la femminilità che è in noi
- ✓ Se perdo il lavoro, non tutto è perduto: come riscoprire i propri talenti e metterli a frutto
- ✓ L'armonia nei rapporti di coppia: Coltivarla giorno dopo giorno, con attenzione, interesse, passione
- ✓ Andare in pensione, e poi? Un nuovo tempo per coltivare i propri interessi e realizzare se stessi

### *“Sedute di rilassamento e meditazione”*

Una piacevole pausa dalla frenesia quotidiana, un momento per se stessi, per farsi del bene, ricaricarsi, liberarsi dalle tensioni, dalle ansie, dalle preoccupazioni. Un meraviglioso viaggio dentro se stessi alla scoperta delle risorse e delle potenzialità più nascoste che portate alla luce consentono di affrontare con più vigore le piccole sfide della vita quotidiana.

*Conduce: Dott.ssa Anna Fata, psicologa ad orientamento olistico*

### *“Laboratorio di espressione creativa”*

Un'occasione per dare voce alle parti silenti di sé, per trovare la propria strada nella vita, nei rapporti di coppia, nel lavoro, colorando con un tocco di colore, di entusiasmo, di giocosità la propria esistenza quotidiana. Tramite gli strumenti artistici, la pittura, il canto, la danza libera, la musica, è possibile, divertendosi, andare alla scoperta delle proprie risorse per poi utilizzarle al meglio ogni giorno, per una vita più piena, soddisfacente, felice.

*Conduce: Dott.ssa Anna Fata, psicologa ad orientamento olistico*