

## Asd IL PONTE Aps

Nasce dal profondo desiderio di alcuni operatori di approntare dei Percorsi Benessere corPO&meNTE mediante i quali favorire quel naturale collegamento tra soma e psiche che la quotidianità rende "inascoltabile".

L'Associazione IL PONTE vuole essere un luogo in cui trovare uno spazio ed un tempo per sé stessi. Un luogo in cui, individualmente o in gruppo, sia possibile rigenerare le proprie energie. Una sorta di casa-rifugio entro cui riappropriarsi delle proprie emozioni, sentimenti e pensieri per concedersi la "libertà di attraversare il ponte" prima di proseguire nel cammino per essere "ciò che si è".

La visione olistica è alla base di programmi a se stanti e/o integrati in cui l'Essere Umano è posto al centro, per agevolare la scoperta della propria Autenticità ed Integrità mutuata sia dalla cultura Occidentale che da quella Orientale. La consapevolezza che una visione multipla della realtà circostante è foriera di un maggiore benessere, sono presenti presso l'Asd IL PONTE Aps attività di Ginnastica Dolce Posturale Metodo Remè, Ayurveda, Tecnica Cranio Sacrale, Counseling Service, Fiori di Bach, Reiki, Shiatsu su lettino e meditazione.

## Gilda Dott.ssa Fanton

Operatrice Shiatsu Metodo Masunga iscritta al Registro Italiano Operatori Shiatsu presso la FISieo.

Nel 2013 si specializza a Firenze in Counseling Metodo Psicopsintesi con iscrizione al Registro CNCP.

Ha partecipato a diversi seminari, workshop ed eventi come relatrice.

Ha svolto il ruolo di facilitatrice in gruppi di incontro, svolge sessioni individuali di Counselling e di Shiatsu.

# IPER-SENSIBILI CHI...

**Ciclo di incontri  
per le Persone Altamente Sensibili  
e per tutti coloro  
che ne condividono l'esistenza**



Immagine tratta da *Il piccolo Principe*

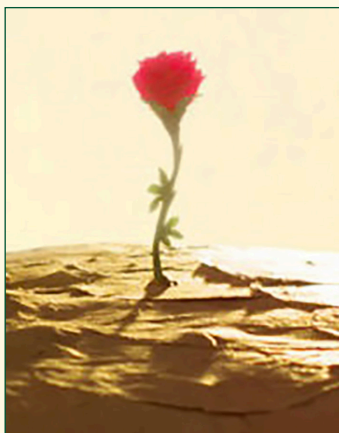


Comune di Modena



Gli incontri intendono favorire la consapevole conoscenza delle caratteristiche emozionali e cognitive delle persone particolarmente sensibili, per migliorare la gestione della vita quotidiana sia di chi è Ipersensibile sia di chi vive loro accanto. Trasformare lo stigma di 'lunaticità' oppure di eccessiva 'fragilità', 'asocialità' che li etichetta, è l'intento del ciclo di incontri per permettere, a quante più persone possibile, di conoscere che queste caratteristiche possono essere vissute anche da un'angolazione differente, rendendo l'esistenza piacevole se non gioiosa.

Si forniranno spunti di riflessione sulle caratteristiche dell'ipersensibilità evidenziandone le peculiarità e le difficoltà quotidiane. Si cercherà di fornire strumenti di "sopravvivenza" a cui attingere per rendere il vivere meno disorientante. Si dedicherà spazio e tempo alla condivisione come angolo esistenziale per "rendersi conto di sé stessi ed accettare il proprio dono".



## CALENDARIO CICLO INCONTRI

**sabato 3 marzo 2018 • ore 16.30**

**QUARTIERE 1 • Piazzale Redecocca, 1**  
**“Specchio, specchio delle mie brame...  
Mi sento una persona diversa, forse  
sono altamente sensibile!”**

Partendo da una famosa favola ci si addenterà nel mondo delle Persone Altamente Sensibili per scoprire chi sono e quali le caratteristiche che li rendono particolari.

**giovedì 15 marzo 2018 • ore 20.30**

**QUARTIERE 3 • Via Padova, 149**  
**Tra Empatia ed Indifferenza: punti di  
forza o di fragilità?**

Ci si addenterà nella quotidianità dell'ipersensibile caratterizzata dall'oscillare da momenti di grande empatia a momenti di profonda paura di non essere compreso, di essere allontanato da chi lo circonda, di essere 'differente'.

**sabato 24 marzo 2018 • ore 17.00**

**QUARTIERE 4 • Via Marie Curie 22/a**  
**“Essere Ipersensibile o non essere Iper  
sensibile, questo è il dilemma”**

Scegliere di vivere la propria Alta Sensibilità è il primo passo per gestire il proprio mondo interiore. Insieme e condividendo le reciproche esperienze si cercherà di appropriarsi di questo naturale talento.

**Relatrice:** *Gilda Dr. Fanton* Counselor Professionista