

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

Nel 2008 consegue a Roma il Diploma di Operatrice Shiatsu con iscrizione nel Registro Italiano Operatori Shiatsu presso la FISio di cui è socia.

Nel 2013 consegue a Firenze il Diploma di Counselor Metodo Psicosintetico con iscrizione al Registro CNCP come Counselor Professionista.

È socia fondatrice dell'Asd IL PONTE Aps iscritta presso il Registro regionale delle associazioni di promozione sociale della Regione Emilia Romagna.

Partecipa come relatrice a workshop, seminari ed eventi per armonizzare il 'corpo-mente'. È facilitatrice in gruppi self-help e svolge sessioni individuali di Counselling anche con utilizzo di Fiori di Bach e di Shiatsu Metodo MaKeShi su lettino.

Info: ADS Il Ponte APS

via Cesare Costa, 84 - Modena

cel. 3336119799 • info@assilponte.it • www.assilponte.it

<https://www.facebook.com/assilponte.benesseremodena/>



Immagine tratta da Il piccolo Principe

IPER-SENSIBILI CHI...

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

Le Persone Altamente Sensibili sono circa
un quinto della popolazione mondiale,
ma purtroppo poco si sa sul loro temperamento
e sul poliedrico mondo emozionale in cui vivono.



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

giovedì 27 settembre 2018

ORE 20.30

QUARTIERE 3 · Via Padova, 149

**IPERSENSIBILITÀ: AUTOSTIMA SÌ
E AUTOSTIMA NO**

Partendo dall'identikit della Persona Altamente Sensibile si cerca di addentrarsi nella sua quotidianità per far emergere come, la sua naturale tendenza ad oscillare da momenti di grande empatia a momenti di profonda paura, mina la sua autostima, inducendo l'ipersensibile ad assumere atteggiamenti incomprensibili ai più.

sabato 13 ottobre 2018

ORE 16.30

QUARTIERE 4 · Via Marie Curie 22/a

**IPERSENSIBILITÀ: CONOSCERE LA
PROPRIA AUTOSTIMA ATTRAVERSO
PERCEZIONI, EMOZIONI E PENSIERI**

Scegliere di vivere la propria Alta Sensibilità è il primo passo per gestire il proprio variegato mondo interiore. Insieme ai partecipanti ed attraverso divertenti esercizi rivelatori, si cercherà di prendere confidenza con la propria percettività ed emozionalità per non considerare più l'ipersensibilità come un peso, bensì come un talento.

Relatrice: *Gilda Dr. Fanton*
Counselor Professionista