

MARATONA LOWEN

17-18-19 maggio 2019
a MILANO



venerdì 17 maggio

A CENA CON FREDERIC LOWEN

Racconti di padre in figlio

CONVEGNO sabato 18 maggio
STAY TUNED

La mediazione corporea nella civiltà degli iperconnessi

Riconosciuto da AssoCounseling

domenica 19 maggio

A PIEDI NUDI NEL PARCO

Bioenergetica con Frederic Lowen e Alessandra Callegari

Venerdì 17 maggio 2019

ore 19.30 – 22.30

Caffetteria ARTIS, via Adriatico 10 a Milano

A CENA CON LOWEN

racconti di vita di padre in figlio

Sarà un'occasione per incontrare **Frederic Lowen, figlio di Alexander Lowen**, che dirige la **Alexander Lowen Foundation** intitolata al padre, e ascoltare da lui in diretta i racconti della vita del fondatore della Bioenergetica.

Frederic, infatti, da anni promuove la diffusione delle teorie di suo padre e la sua visione del mondo.

Nella prefazione scritta da Frederic per l'edizione italiano della autobiografia di suo padre (*Onorare il corpo*, Xenia 2011), gli rende un omaggio accorato e affettuoso:

"Fino alla fine" scrive "papà fu sempre coerente con ciò in cui credeva. Come nessun altro che io conosca, lavorò su stesso praticamente ogni giorno della propria vita, facendo gli esercizi bioenergetici ogni mattina, con un sonnellino quando necessario, provando piacere nel mangiare, stando con gli amici e con le persone che condividevano i suoi stessi interessi, e divertendosi nel praticare molte attività: lo sci, la vela, passeggiare, nuotare, fare giardinaggio e viaggiare erano alcune quelle che gli piacevano di più. E soprattutto aveva un vero e proprio entusiasmo per il proprio lavoro."

INFO E ISCRIZIONI

COSTI: 20 euro a persona da pagare in loco.

Scrivere a info@collagecounseling.it o chiamare il 339 5324006



Sabato 18 maggio 2019

ore 9.00-17.30

Casa delle Associazioni – Piazza Oldrini 120 - Sesto San Giovanni (MILANO)

CONVEGNO

STAY TUNED: *la mediazione corporea nella civiltà degli iperconnessi*

*Mentre imperversano i dibattiti su costi e benefici, la tecnica diventa,
fuori dal nostro personale controllo, prolungamento, se non elemento in-corporato,
della nostra umanità e definisce un'inedita postura
degli uomini contemporanei: gli iperconnessi.*

*Che cos'hanno da dire oggi gli approcci a mediazione corporea?
Quale interpretazione teoretica ed esperienziale di connessione ci propongono,
che tenga conto sia della natura sia della cultura
e possa espandere e ri-umanizzare la più moderna accezione di connessione?*

I RELATORI

FREDERIC LOWEN Psicoterapeuta e formatore, direttore The Alexander Lowen Foundation

ALESSANDRA CALLEGARI Counselor e formatrice

ALESSANDRA COSSO Counselor e formatrice

*IVANO GAMELLI Pedagogista, docente facoltà di Scienze della Formazione
Università Bicocca Milano*

*MICHELE MARANGI Media educator, docente facoltà di Scienze della Formazione
Università Cattolica Milano*

MAURIZIO STUPIGGIA Psicoterapeuta e formatore

INFO E ISCRIZIONI

(entro il 30 aprile)

COSTI: 50 euro + iva a persona (per i counselor in formazione 30 euro + iva)

Scrivere a info@collagecounseling.it o chiamare il 339 5324006

Riconoscimento 8 crediti AssoCounseling

CORSO DI AGGIORNAMENTO
RICONOSCIUTO DA
-ASSOCOUNSELING-



PROGRAMMA

09.00-09.30 *Registrazione dei partecipanti*

09.30-09.45 *Introduzione al convegno: chairwoman ALESSANDRA DI MINNO*

09.45-10.30 **FREDERIC LOWEN**

Mind-body split e bisogno di connessione profonda

Riflessioni bioenergetiche sull'America del XXI secolo

10.30-11.15 **ALESSANDRA CALLEGARI**

Il counseling bioenergetico: lettura del contesto e contributo esperienziale

A 60 anni dall'uscita del primo libro di Alexander Lowen, come osserva la Bioenergetica le trasformazioni radicali dell'ultimo decennio? Che cosa risponde al bisogno di connessione confinato principalmente nell'esperienza dis-incarnata del virtuale?

11.15-11.30 COFFEE BREAK

11.30-12.15 **MAURIZIO STUPIGGIA - Videointervista**

Iperconnessione e isolamento: il paradosso apparente

Quali possibilità abbiamo di riportare il corpo al centro davanti a un competitor così potente come il virtuale? Come possono contribuire oggi le relazioni di aiuto a rigenerare una qualità relazionale che promuova benessere e sviluppo del potenziale umano?

12.15-13.00 **ALESSANDRA COSSO**

Esserci, sempre. Sentire, mai. Il mito della dis-connessione in azienda

Nelle organizzazioni di lavoro essere raggiungibili H24 grazie a smartphone e digital devices per molti manager in carriera è considerato un dovere. Così come l'anestetizzarsi per essere "professionali". Come aiutare a cambiare questi paradigmi per costruire insieme un nuovo lessico relazionale e sviluppare una cultura professionale e organizzativa più umana?

13.00 -14.15 PAUSA PRANZO

14.15 -15.00 **IVANO GAMELLI**

Una pedagogia del corpo con i nativi digitali

L'università sembra il luogo più distante dalla possibilità di incontrare e sviluppare una consapevolezza di sé incorporata. E in buona parte lo è. Quando però si offre ai giovani iperconnessi un'occasione di rimettere al centro le loro soggettività corporee si svelano risorse, come pure resistenze, inaspettate...

15.00-15.45 **MICHELE MARANGI**

Reality is broken?

In un'epoca di frammentazioni, accelerazioni perpetue, immagini riflesse di sé e del mondo in cui viviamo, è ancora possibile rimettere al centro dell'esperienza relazionale

la dimensione corporea? Come creare una comunicazione efficace e ricca di senso, capace di trovare stili e linguaggi che permettano di mediare l'iperconnessione virtuale e il bisogno di connessione profonda?

15.45-17.30 **DIBATTITO E CONCLUSIONI**



Domenica 19 maggio 2019

ore 10.30 – 12.30

Parco Sempione a Milano

A PIEDI NUDI NEL PARCO

Bioenergetica con Frederic Lowen

**Un'occasione speciale per praticare la Bioenergetica all'aperto,
con Frederic Lowen e Alessandra Callegari**

Gli esercizi bioenergetici offrono la possibilità di prendere contatto con il corpo in modi diversi dal consueto e di 'sentire' ciò che avviene durante le esperienze di movimento:
dalle sensazioni fisiche alle sfumature emozionali sottostanti;
permettono di sciogliere le tensioni agendo positivamente contro lo stress,
di ottenere un miglior radicamento (la capacità di 'avere i piedi per terra'),
di recuperare il piacere di esseri vivi e vibranti,
sperimentando in modo creativo la relazione con sé e con gli altri.

**Il punto di ritrovo è dalle ore 10 di domenica 19 maggio
in Piazza Sempione davanti all'Arco della Pace.**

INFORMAZIONI

Scrivere a info@collagecounseling.it o chiamare il 339 5324006

