

# **RITROVARE IL SORRISO SPEZZATO**

## **Per persone che hanno subito traumi e violenze**

Il Centro Scientifico del Movimento ha programmato per la prima settimana di Ottobre 2006 un Seminario Residenziale intitolato: “Ritrovare il sorriso spezzato” orientato alle donne violentate e sarà pubblicizzato a livello nazionale.

Poiché in Italia centri o terapie volte al recupero di “donne violate” non sono quasi presenti e considerata la validità della proposta riteniamo che un gruppo cospicuo di persone desiderose di ritrovare la stima di sé possano parteciparvi, portando sul territorio di Strigara-Sogliano una ricchezza con ampi risvolti economici e sociali.

Il nostro Centro ha già lavorato con persone duramente provate da violenza che, se non seguite, avrebbero dovuto portarsi nell’anima questo solco indelebile.

Grazie agli interventi del Metodo Feldenkrais sono state aiutate a ritrovare la fiducia in se stesse e si sono inserite nuovamente nell’ambiente familiare e sociale.

Pensiamo che un contributo da parte dell’Amministrazione Comunale per la realizzazione di questo progetto sia un gesto generoso e incoraggiante verso queste donne sfortunate.

Temi:

- L’anca nei vari contesti, differenziare l’anca, inarcare il dorso.
- Differenziare le dita dei piedi.
- La forza viene dal bacino.
- Liberare l’addome.
- Respirazione addominale.
- Respirare a pieni polmoni.
- Respirare aritmicamente.
- Respiro diretto o internazionale.
- Gli occhi organizzano il movimento del corpo.
- I movimenti delle scapole.
- Ritrovare la gabbia toracica.
- Lavorare sugli estensori della schiena.
- Lezione sul camminare.

Insegnanti: **Tina e Simone Broccoli**

Periodo: Ottobre 2006 4 ore al giorno  
Totale ore 20

Quota di partecipazione: 250 € per persona