



## Workshop “Fare d’ogni ora un’opera d’arte”

*“Grazia significa movimenti efficaci e momenti aggraziati di solitudine o di comunione.*

*Questa qualità è ben compresa da ballerini, retori e discepoli Zen e di altre filosofie orientali. Significa parlare con grazia e fare di ogni ora un’opera d’arte”.*(Eric Berne, 1970)

In che modo comunichiamo e diamo spazio e valore al nostro essere nel mondo?

Cosa esprimono il nostro corpo, i nostri gesti, i movimenti, il tono della voce, nell’incontro con l’altro?

La finalità è di promuovere il benessere personale e relazionale attraverso un entrare in contatto con sé, risvegliare e potenziare le risorse presenti nel corpo, esprimere la propria specifica unicità e sensibilità in sinergia con esperienze di movimento creativo, di utilizzo di tecniche grafico-cromatiche, vocali e ritmico-musicali.

**Modalità di conduzione:** il workshop avrà un taglio laboratoriale. Le persone in gruppo elaboreranno creativamente un’istantanea del proprio modo di comunicare ed esprimere la propria vitalità nelle relazioni, in ascolto di sé e nel confronto con gli altri.

**Partecipanti:** da un minimo di 6 persone, a un massimo di 12.

**Data:** Sabato 16 febbraio 2019 dalle 10,30 alle 12,45

**Dove:** in Via Vito Artale n. 6 Roma (zona P.le degli Eroi/Medaglie d’oro).

**Costi:** 30 Euro a persona.

**Info e iscrizioni:** telefonicamente o via email ai seguenti recapiti    tel. 3471481402    —    tel. 3575290815

Email: studiosinergiat@gmail.com

SINERGIAT

Studio di Psicoterapia

Via Vito Artale n. 6

Roma

Email: studiosinergiat@gmail.com