

F E B B R A I O 2025

Care amiche e cari amici di Sorgente, ben ritrovati!
Ecco a voi le **novità** in partenza da febbraio!

NUOVE ATTIVITÀ			date
SHIATSU	LABORATORIO SHIATSU DO	laboratorio introduttivo tenuto da Barbara Farina	15 febbraio 1 marzo 15 marzo
	DALL'ORDINARIO ALLO STRAORDINARIO: INCONTRIAMO I MERIDIANI CURIOSI	seminario professionale con Dott. Maurizio Parini	10 - 11 maggio
YOGA E CREATIVITÀ	YOGARDAGE laboratorio di yoga e caviardage adatto a tutti i livelli	tenuto da Barbara Farina e Francesca Carniato	16 febbraio
PSICOMOTRICITÀ	CORPO E RELAZIONI	tenuto da Onorio Peron	dal 28 giugno al 2 luglio

LABORATORIO SHIATSU DO

Conoscere Sé e l'Altro

La manualità oltre la tecnica

Una disciplina per dare qualità alla relazione

Con il laboratorio SHIATSU DO potrai scoprire le potenzialità della pratica Shiatsu nella tua vita: imparerai la pratica di un trattamento che potrai fare a un'altra persona, ma non solo... Farai esperienza dello shiatsu come strumento per trasformare il tuo **respiro**, modificare la **postura**, comprendere il funzionamento energetico del tuo **corpo**.

Alla fine di queste 24 ore sarai in grado di fare semplici pressioni con i palmi e con i pollici per un piacevole trattamento e scoprirai quanto lo Shiatsu ti può **arricchire la tua vita!**

**Il laboratorio si terrà presso il Dojo Sorgente,
nei giorni di sabato: 15 febbraio, 1 marzo e 15 marzo
orari: 9-13.00 - 14.00-18.00**





YOGARDAGE fra yoga e poesia

Pratica di **Yoga** e ricerca della **poesia** nascosta attraverso il Metodo **Caviardage** di Tina Festa ®

Il Metodo Caviardage®, creato e diffuso in Italia da Tina Festa, è un Metodo di scrittura poetica che aiuta chi vi si dedica, attraverso un processo ben definito, a scrivere poesie e pensieri non partendo da una pagina bianca, ma da testi già scritti, per dar vita a poesie visive, piccoli capolavori che attraverso parole, segni e colori danno voce a emozioni e sentimenti.



Francesca Carniato è Insegnante Certificata in Metodo Caviardage di Tina Festa ®

La pratica yoga, condotta da Barbara Farina, preparerà l'incontro con la poesia. Sarà una pratica morbida e accessibile a tutti. Al centro ci sarà l'ascolto di sé per arrivare a formulare un proposito che si potrà esprimere attraverso il Caviardage.

Il corso si terrà presso il Dojo Sorgente, domenica 16 febbraio, dalle 9.00 alle 12.00.



DALL'ORDINARIO ALLO STRAORDINARIO: INCONTRIAMO I MERIDIANI CURIOSI

SEMINARIO PROFESSIONALE SHIATSU CON DOTT. MAURIZIO PARINI

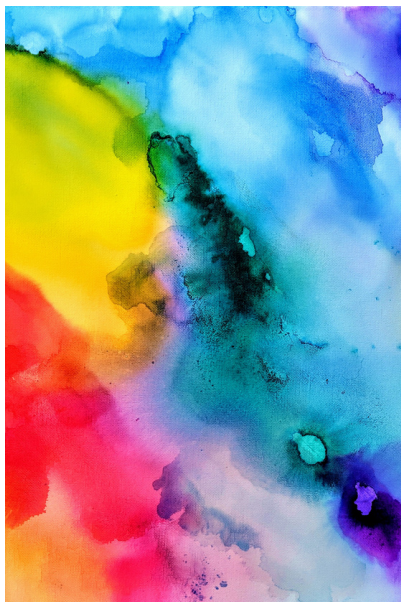
Seminario di conoscenza e di utilizzo in un trattamento shiatsu del meraviglioso mondo dei **meridiani straordinari** o curiosi!

- Caratteristiche, peculiarità degli otto meridiani curiosi o straordinari;
- Le loro principali funzioni;
- Studio e pratica dei punti chiave per attivare questi canali;
- Bo shin (valutazione visiva) e setsu-shin su hara;
- Gli insegnamenti segreti di Yuji Yahiro e Mario Vatrini;
- Utilizzo in un trattamento shiatsu.



L'evento è APOS approved.

Si terrà presso il Dojo Sorgente sabato e domenica 3 - 4 maggio 2025, durata 12 ore.



CORPO e RELAZIONI

Formazione Personale, attraverso la Psicomotricità, animata da Onorio Peron (animatore/formatore)

La psicomotricità è una disciplina scientifica che si rivolge all'umano nella sua globalità, dall'infanzia all'adolescenza, fino all'età adulta. Considerando che l'agire è l'essenziale nella formazione umana, il lavoro corporeo svolto in palestra avrà come finalità l'affinamento della capacità di ascolto di sé e dell'altro e delle modalità relazionali.

Saranno approfondite, in particolare, le seguenti tematiche:

- ascolto di sé e relazione all'altro
- storia personale
- simbolica della corporeità
- contatto corporeo e le implicazioni relazionali
- dinamiche di gruppo

**A Vittorio Veneto (TV) presso la palestra di Via Giosuè Carducci
dal 28 giugno al 2 luglio**

per informazioni ed iscrizioni:

Mauro De Martin cell. +39 377 1030800

è sempre possibile unirsi alle nostre attività...

ATTIVITÀ			date
YOGA	HATHA YOGA	Pratica di yoga e Pranayama tenuta da Barbara Farina: puoi scegliere quello che più fa per te, in base all'orario e alle tue necessità	dal lunedì al venerdì
	YOGA BIMBI	Pratica di yoga tenuta da Antonella Rossi, per bambini e bambine dai 3 agli 11 anni	ogni giovedì pomeriggio dalle 17.00 alle 18.15
PERCORSO ZEN	IKEBANA	Corso di primo livello di Ikebana - l'arte dei fiori viventi - tenuto Mauro Lovadina	22 febbraio 22 marzo 12 aprile 24 maggio
EDUCAZIONE E PSICOMOTRICITÀ	EDUCARSI PER EDUCARE	Corso di formazione per tutti coloro che si interessano di educazione tenuto da Onorio Peron	10 -11 maggio
	PSICOMOTRICITÀ BIMBI	Attività svolta nelle scuole e in altri contesti dedicati, con Mauro De Martin e Silvia Cossara.	nelle scuole e anche su richiesta



HATHA YOGA

Con Barbara Farina

orari	lunedì	martedì	mercoledì	venerdì
6.00 - 7.00		BabaYoga Flow		BabaYoga Flow
9.00 - 10.20		BabaYoga Dolce		
18.00 - 19.20	Spine Yoga		Spine Yoga	Hatha Yoga Fondamenti
19.30 - 20.50	Spine Yoga		Spine Yoga	

Attraverso la pratica delle Asana (posture) e del Pranayama (esercizi del respiro) si impara a far fluire l'energia in tutto l'organismo, apportando molti benefici.

L'obiettivo principale dello yoga è quello di portare armonia per ritrovare il nostro naturale di gioia e benessere.



YOGA BIMBI

Con Antonella Rossi

Attraverso la pratica, la respirazione, il gioco, bambini e bambine impareranno ad ascoltare il proprio corpo e a esprimersi con cura verso sé stessi e gli altri.

Presso il Dojo Sorgente, ogni giovedì pomeriggio dalle 17.00 alle 18.15

*Durante la pratica, le mamme, i papà, i nonni sono benvenuti!!
Possono stare al Dojo, in cucina, a bere una tisana, chiacchierare...*



CORSO DI IKEBANA - PRIMO LIVELLO

CORSO CONDOTTO DA MAURO LOVADINA



L'Ikebana Ohara Chapter Venezia, affiliato ad una delle più importanti **scuole tradizionali giapponesi**, introduce i partecipanti all'**antica arte dei "fiori viventi"**.

Attraverso l'attenta osservazione della natura e la ricerca di equilibrio tra forme e colori, è possibile creare composizioni uniche e suggestive.

L'esperienza dell'Ikebana non è solo un'espressione estetica, ma anche un percorso interiore di ascolto e riflessione, che porta a conoscere la natura e i suoi mutamenti stagionali, scoprendone così la profonda armonia e bellezza.

Il sabato mattina, nelle seguenti date: 22 febbraio, 22 marzo, 12 aprile, 24 maggio.



Per approfondire e
riflettere su ciò che
dà vita all'atto
educativo

EDUCARSI PER EDUCARE

Con Onorio Peron

Corso di formazione per tutti coloro che si interessano di **educazione**, attraverso la riflessione e lo scambio su tematiche quali:

La relazione - L'ascolto - L'osservazione - Lo spazio

Approfondendo aspetti relativi a tutto ciò che dà vita all'atto educativo.

SEMINARI: 10 e 11 maggio (la domenica mattina si terrà in piscina)

APPROFONDIMENTI: due sabato pomeriggio al mese



“Il bambino non è un vaso
da riempire, ma un fuoco
da accendere”

F. Rabelaise

PSICOMOTRICITÀ BIMBI

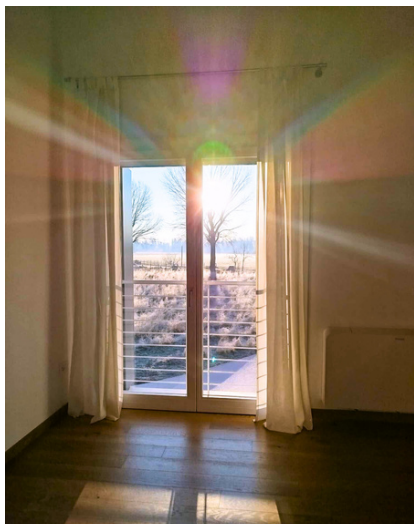
Con Mauro De Martin e Silvia Cossara.

Il gruppo di lavoro si è costituito a settembre dell'anno scorso, e si incontra con regolarità per costruire uno stile di lavoro condiviso, elaborare dubbi e domande che il lavoro con i bambini suscita, accompagnati dalla supervisione del Formatore Renato Onorio Peron, Presidente della Cooperativa.

L'attività di psicomotricità si svolge sia nelle scuole, sia in altri contesti dedicati.

Per informazioni: Mauro De Martin: 377 1030800

VI ASPETTIAMO AL NOSTRO DOJO...



Per informazioni su tutte le attività:

Barbara Farina: 334 8171103 info@sorgente.cloud

Puoi seguirci su:

Instagram: SORGENTE.COOPERATIVASOCIALE

Facebook: SORGENTE