

CALENDARIO SESSIONI GRATUITE

GHERARDINI ANTONELLA per gruppi da 6-8 persone
Ogni **Lunedì** dalle ore 18,30 alle ore 20,30 dal 11 Ottobre 2010 (presso l'Oratorio di Santa Barbara)

Dott.ssa GAIA LUZZI, MONIA TANJI, GIANLUIGI PETTINARI, GABRIELE MICHETTI per gruppi da 6-8 persone
Ogni **Martedì** dalle ore 18,30 alle ore 21,30 dal 5 Ottobre 2010 (presso l'Oratorio di Santa Barbara)

LAURA BERARDI per gruppi da 6-8 persone
Ogni **Mercoledì** dalle ore 18,30 alle ore 20,30 dal 13 Ottobre 2010 (presso l'Oratorio di Santa Barbara)

Dott.ssa DENISE PANTUSO, GIANLUIGI PETTINARI, GABRIELE MICHETTI per gruppi da 6-8 persone
Ogni **Giovedì** dalle ore 18,00 alle 19,30 dal 14 Ottobre 2010 (presso l'Oratorio di Santa Barbara)

ENRICO LETARDI per singoli max 4 persone
Ogni **Giovedì** dalle ore 15,30 alle ore 20,30 dal 14 Ottobre 2010

Dott.ssa DANIELA VENTURINI per singoli max 3 persone
Ogni **Venerdì** dalle ore 19,00 alle ore 21,00 dal 22 Ottobre 2010

Dott.ssa SIMONA GOVERNATORI per gruppi da 6-8 persone
Ogni **Venerdì** dalle ore 18,30 alle ore 20,30 dal 15 Ottobre 2010 (presso il centro "La Sfera")

- * Le sessioni avranno svolgimento max. entro la fine di Gennaio
- * Date ed orari possono subire cambiamenti previo avviso

Ogni operatore non fa diagnosi e non utilizza farmaci, quindi non si pone in conflitto con la medicina ufficiale e con la legge rischiando l'abuso della professione medica; anzi collabora, la sostiene e la integra con le sue competenze olistiche al fine di promuovere il benessere globale delle persona. La supervisione del progetto spetta a medici psicologi iscritti regolarmente all'albo.



CYBER (centro olistico)

Cyber è una parola che viene dal sanscrito e vuol dire coscienza. Il progetto finanziato attraverso il Bando Cesvol 2010/2011 vede protagonista l'Associazione Assida (Associazione Solidarietà Sindrome Immunodeficienza Acquisita) in compartecipazione con l'Aacc (Associazione Altotevere Contro il Cancro) ed il Paguro (che si occupa di disturbi alimentari, anoressia), assieme hanno trovato un tema che li accomuna: lo psicosomatico e l'immunodeficienza. La coscienza della malattia, la coscienza della vita, la coscienza che ogni giorno è un giorno regalato è il motivo di partenza del progetto.

Il progetto si svolgerà presso l'oratorio di S. Barbara in via Rignaldello, Città di Castello ed il centro "La Sfera" in via Ospedalecchio (Cerbera), Città di Castello

Un aiuto a superare lo stress causato dall'insorgenza di malattie quali Tumore, Immunodeficienze e Disturbi Alimentari

Nell'arco degli ultimi vent'anni, dati scientifici sempre più stringenti documentano l'esistenza di interazioni tra mente, cervello, sistema immunitario e condizionamenti ambientali. Per certi versi sorprendenti, queste scoperte si riagganciano a una visione di unità del rapporto mente-corpo molto antica e costituiscono dopo circa un secolo la risposta a intuizioni cliniche già dell'epoca di Freud. È nata così la psiconeuroimmunologia. La scoperta della neuroimmunomodulazione, ovvero dei meccanismi

Per i malati ed i familiari, per chi si sente fragile e privo di energia il progetto CYBER (centro olistico) organizza le seguenti giornate in sessioni gratuite per gruppi o singole persone.

Per iscrizioni rivolgersi alle associazioni:
Assida, AACC, Il Paguro
oppure telefonando a:
Daniela 348 0907401
Sonia 349 4737243
Alessandro 347 8917185

attraverso cui il cervello e il sistema neuroendocrino modulano il sistema immunitario e reciprocamente il sistema immunitario influenza il cervello, ha creato nuovi ponti tra discipline diverse, quali immunologia, endocrinologia, infettivologia, psicologia clinica, psichiatria, neurologia. Nuove prospettive si sono aperte all'orizzonte. La vita affettiva e relazionale, stress acuti e cronici, reazioni emozionali possono influenzare la funzionalità immunitaria, la salute e la suscettibilità a varie malattie e forse contribuire alla loro cura. Proprio per questo si è pensato di creare a Città di Castello uno spazio che rendesse possibile la conoscenza delle nuove e delle antiche frontiere olistiche, per affrontare con maggiore consapevolezza del proprio corpo e della propria mente gli eventuali disagi apportati da una stressante società. Preghiera, tecniche di rilassamento, condivisione di gruppo con un sostegno psicologico saranno i cavalli di battaglia del progetto.

La **psicosomatica** è una branca della psicologia medica volta a ricercare la connessione tra un disturbo somatico (anche generico) e la sua etiologia spesso di natura psicologica. Il suo presupposto teorico è la considerazione dell'uomo come inscindibile unità psicofisica; tale principio implica che in ogni forma morbosa - e finanche nel trauma accidentale - accanto ai fattori somatici giochino un ruolo anche i fattori psicologici.

L'interconnessione tra un disturbo e la sua causa d'origine psichica si riallaccia alla visione olistica del corpo umano, all'interno della consapevolezza che corpo e mente sono strettamente legati tra loro. Uno degli indirizzi più promettenti della ricerca in psicosomatica negli ultimi trent'anni (grazie anche allo sviluppo e alla nascita di nuove tecniche e tecnologie bio-mediche) è la psiconeuroendocrinoimmunologia (P.N.E.I.), che ha l'obiettivo di chiarire le relazioni tra funzionamento psicologico, secrezioni di neurotrasmettitori e ormoni e funzionamento del sistema immunitario.

Le **immunodeficienze** vengono suddivise in due tipi principali:

- **immunodeficienze congenite o primitive:** derivano da alterazioni intrinseche del sistema immunitario e che quindi si manifestano precocemente nella vita del paziente;
- **immunodeficienze acquisite o secondarie:** così

definite perché, in esse, il deficit immunologico è secondario a patologie diverse, come Aids, malattie neoplastiche, malattie autoimmunitarie, malnutrizione.

ESPERTI CHE TERRANNO LE SESSIONI GRATUITE:

Dott.ssa Gaia Luzzi Psicologa-Psicoterapeuta cognitivo-comportamentale: "Rilassamento, uso dell'immaginazione, Imagery: il rilassamento del corpo prepara alla creazione di immagini mentali. La capacità di rappresentazione (tramite l'immaginazione) è uno strumento prezioso ed indispensabile nel processo di guarigione che potenzia il sistema immunitario, riduce o elimina gli effetti collaterali delle terapie, rafforza la fiducia nel processo della salute."

Dott.ssa Denise Pantuso Psicologa, Analista Bioenergetica, esperta in Nuovi Servizi e Gestione della Salute Mentale. Conduce le "Classi di esercizi di Bioenergetica" uno spazio di gruppo in cui, attraverso il respiro, la voce e il movimento emozionale, viene promossa la consapevolezza delle tensioni muscolari croniche reali messaggere della profonda sofferenza fisica e psichica. Attraverso un lavoro di interazione corporeo-emozionale-relazionale si può ri-costruire l'unità psicosomatica dell'individuo e conseguentemente riacquistare lo stato di piacere dell'essere.

Dott.ssa Simona Governatori Pedagogista clinica: "L'intervento di aiuto a favore degli adulti" Metodi: Metodo Self per il risveglio delle abilità nell'autonomia e coscienza di sé. Metodo Edumovment per le esperienze organizzative autonome. Metodi Discovery Project, Trust system, Touch-Shell, Body-Work per favorire la conoscenza topografica-corporea e sviluppare l'intelligenza emotiva ed emozionale. Training Induttivo metodo di rilassamento per fimeggiare gli stati di disagio psico-fisico. Cyber Clinica affermazioni positive per l'auto-sviluppo, per dominare le circostanze e vincere gli ostacoli.

Dott.ssa Daniela Venturini Pranoterapeuta specializzata in 1) tecnica della sensibilizzazione, per lo screening dei

blocchi energetici e dei conseguenti disagi fisici, 2) Chirurgia psichica per la rimozione di blocchi energetici, un intervento alle energie sottili eteriche per la diminuzione del dolore e di gravi stati ansiosi. Molto usata su spasticità degli arti. 3) tecnica di rilassamento basata sul trattamento dei sensi centri di base di energia nel corpo umano

Enrico Letardi Operatore Olistico diplomato presso l'Accademia Olistica di Bagni di Lucca Specializzazione in Craniosacrale biomeccanico e biodinamico presso l'Associazione Mu (Lucca) Avanzati in Somato-emozionale (SER) e PNL. Il metodo craniosacrale è un'arte raffinata di intervento sul corpo che opera al confine tra quest'ultimo e il suo aspetto energetico. Si tratta di un "ascolto" con le mani delle disfunzioni, tensioni e contrazioni presenti nel corpo, e un profondo, silenzioso invito al riequilibrio, al rilascio, a fidarsi e ad affidarsi al corpo, alla vita, quale preziosa opportunità di crescita interiore.

Gianluigi Pettinari e Gabriele Michetti Musicisti della socializzazione. Frequenze che attraverso la musica riescono ad armonizzare l'ambiente. La musica che diventa espressione di comunione di coscienza. Uno stadio fatto su come, utilizzando basse frequenze musicali sia possibile interagire con frequenze esterne creando armonia tra "coscienze".

Antonella Gherardini Ha frequentato l'Accademia Olistica di Bagni di Lucca con specializzazione psicosomatica. Conduce gruppi per coloro che hanno bisogno di trovare e sperimentare un nuovo contatto con il proprio corpo, un profondo rilassamento e il silenzio interiore e della mente, usando tecniche di rilassamento, meditazione e respirazione profonda.

Laura Berardi Naturopata presso l'Istituto di Naturopatia di Urbino "Maria Assunta Bordon" con specializzazione in Arte Terapia e Tecniche di crescita personale e meditative. Floriterapeuta e Reflexologia plantare.