



Thesaura Naturae



La medicina naturale
di Ildegarda di Bingen.



I SEMINARI di
THESAURA NATURAE

Il Benessere nel tempo

ciclo di seminari

OTTOBRE / NOVEMBRE 2016





*Dalla medicina naturale
di Ildegarda di Bingen (1098-1179)
alla medicina del futuro:
un viaggio per conoscere il proprio corpo,
la propria anima,
i poteri curativi della natura
e comprendere che
siamo noi i soli e veri artefici
del nostro benessere!*



Sabato 15 ottobre 2016

PAURE DEI BAMBINI - IO NON HO PIÙ PAURA

Come scoprire, capire e superare le paure dei bambini

Ogni bambino, nel corso della sua crescita, sperimenta delle paure. In funzione di come vengono affrontate, possono estinguersi naturalmente, oppure acutizzarsi e trasformarsi in un vero e proprio disagio.

Tanti bambini preferiscono rifugiarsi nel silenzio piuttosto che confessare le loro paure, perché pensano che nessuno sia in grado di capirli e di aiutarli.

Come si possono aiutare i bambini a superare le loro paure?


Obiettivo dell'incontro è di rispondere ai principali dubbi e preoccupazioni di genitori, insegnanti ed educatori e fornire loro indicazioni pratiche e nuovi strumenti per riconoscere e superare le paure dei più piccoli in modo semplice e naturale. In particolare, si risponderà alle seguenti domande:

- Perché i bambini hanno paura?
- Che cos'è e a cosa serve la paura? Qual è la sua origine?
- Quali sono le paure tipiche dei bambini e le nuove paure? Che significato hanno?
- Come riconoscere una paura "sana" e quando invece è un segnale di cui preoccuparsi?
- Qual è la differenza tra paura, fobia e ansia?
- Cosa possono fare i genitori, gli educatori e gli insegnanti per affrontare le paure dei bambini?
- Cosa non fare?
- Quali tecniche e rimedi naturali possono essere utili per superare le paure?

Nessuno è disposto ad aprire il proprio cuore se non si è certi che l'altro è in ascolto.

(L.J. Cohen, 2005)

Beatrice Castelli laurea magistrale in Psicologia clinica, dello Sviluppo e Neuropsicologia, diploma di Naturopatia presso Istituto Rudy Lanza, Bach Foundation Registered Practitioner, operatore riequilibrio emozionale FastReset®. Sorpresa e affascinata dalla semplicità e dagli effetti straordinari dei fiori di Bach sul corpo e sullo stato psico-emotivo della persona, da oltre 15 anni ha approfondito lo studio e l'applicazione delle essenze floreali con adulti e bambini. In particolare, avendo fatto pratica in Neuropsichiatria dell'Infanzia e dell'Adolescenza, integra le competenze psicologiche con la floriterapia per sostenere il bambino durante le diverse tappe del suo percorso evolutivo, in modo semplice, efficace e naturale. Collabora con diversi centri per l'infanzia e svolge attività di libero professionista in provincia di Varese e di Verbania. Ha ideato il sito www.curarsiconifiori.it. e cura la rubrica di Fiori di Bach del portale www.bambinonaturale.it. È autrice del libro digitale "Floriterapia per bambini troppo vivaci".



Dato il numero limitato di posti disponibili e per garantire migliore accoglienza è richiesta la conferma di partecipazione entro giovedì 13 ottobre



Sabato 22 ottobre 2016

ANTICHE REGOLE ANTI-INVECCHIAMENTO PER LA VITA MODERNA

Una rassegna di stili alimentari e regole di vita a confronto: dalle medicine tradizionali, sia orientali che occidentali, fino ad arrivare a quelle più vicine a noi in modo da compiere un percorso di sapienza e conoscenza per raggiungere e mantenere uno stato di salute fisica e mentale ottimale.

La scienza moderna ci fornisce una miriade di dati, comprovati da studi sperimentali, su quelle che sono le regole di benessere e salute: queste sono senza dubbio importantissime per aiutarci nel nostro percorso di vita.


Ciononostante la conoscenza di "regole antiche" ben ci aiuta ad integrare e migliorare gli effetti della medicina allopatrica. Ci riferiamo alla Medicina Ayurvedica (dal sanscrito "conoscenza della vita"), alla medicina cinese che ci dona una saggezza millenaria curando i punti di agopuntura, ad Ippocrate padre della medicina occidentale, ad Hildegard von Bingen che con la sua straordinaria visione cosmica mette l'uomo al centro dell'universo e man mano fino ad arrivare nel '900 alla dr.ssa Kousmine che anticipatamente per i suoi tempi, ci parla di cronobiologia.

Prenderci cura del nostro corpo è sicuramente il primo passo per migliorare il nostro benessere. Tutto quello che si manifesta positivamente a livello organico ha poi un riflesso migliorativo sulla psiche e sul tono dell'umore, poiché è sempre presente un'interconnessione o meglio una doppia via tra organismo e cervello e non è detto che la via più influente sia quella centrale. Attualmente si parla sempre di più di intestino non come "secondo cervello" ma come sistema organico di primaria importanza.

Dr.ssa Enrica Mari laureata all'Università degli Studi di Milano, specialista in Gastroenterologia ed Endoscopia Digestiva e Medicina Interna, medico esperto in Medicina Ayurvedica, Omeopatia, Omotossicologia, Agopuntura e Medicina Estetica, ha svolto la professione di medico per diversi anni come assistente del servizio di Medicina Interna presso la Casa di Cura La Madonnina.

Successivamente ha iniziato la libera professione e svolge l'attività presso il suo studio di Milano (www.studiofey.eu), Intra e Mendrisio, collabora con l'ospedale S. Raffaele conducendo un ambulatorio di Gastroenterologia - Medicina Integrata. Inoltre è membro dal 2003 della commissione dell'Ordine dei Medici di Milano che si occupa delle Medicine Complementari.

Dato il numero limitato di posti disponibili e per garantire migliore accoglienza è richiesta la conferma di partecipazione entro giovedì 20 ottobre





Sabato 29 ottobre 2016

IPNOSI CONSAPEVOLE E IPNOSI REGRESSIVA PER GUARIRE LE FERITE DELL'ANIMA


Come usare la mente per curare il corpo e lo spirito

Ogni essere umano contiene in sé tutte le possibilità di guarigione. Attraverso un processo di rielaborazione puramente razionale è possibile comprendere le cause che hanno creato un disagio emotivo, ma è solo quando si attinge alla memoria emozionale che si può favorire la vera guarigione. Con l'ipnosi regressiva cosciente è possibile rivivere un episodio o un vissuto del passato e poter liberare l'emozione bloccata così da attivare una nuova interpretazione costruttiva e utile per la persona. La mente emotiva, corrispondente all'emisfero destro, è un ponte verso la coscienza ed è qui che può avvenire la guarigione sia fisica che emozionale. La ferita si imprime quando non si è potuto esprimere le proprie emozioni, comprenderle e dare un significato di valore all'esperienza.

Attraverso l'ipnosi costruttiva e cosciente e l'ipnosi regressiva, la persona viene accompagnata con profondo rispetto e delicatezza ad utilizzare il suo potenziale mentale al fine di lasciare andare i blocchi, comprendere e accettare i propri vissuti e ritrovare la pace, la connessione con se stesso e con la propria vita. Piccoli o grandi traumi emotivi non rielaborati si trasformano spesso in sintomi psicologici e fisici o malattie, così come credenze, convinzioni sfavorevoli o modelli educativi disfunzionali. La porta di ingresso alla risoluzione del disagio sta nell'emozione stessa, o nel sintomo fisico, che fungerà da messaggero per il tema inconscio collegato. Durante la serata vedremo come attivare i processi di guarigione dai meccanismi inconsci che hanno creato il disagio fisico o psichico e verrà offerta un'esperienza di ipnosi regressiva volta a stimolare il processo di guarigione.

Greta Colapinto counsellor Analista Clinico ad indirizzo Ipnologico Costruttivista - Università Jean Monnet di Bruxelles. Si occupa di Accompagnamento psicologico attraverso l'utilizzo dell'Ipnosi Costruttivista, curativa e creativa. Inoltre utilizza particolari tecniche (dialogo con l'inconscio, gioco delle parti, visualizzazione, ecc.) volte a stimolare un processo di conoscenza personale finalizzato alla risoluzione dei conflitti, dei blocchi interiori e delle somatizzazioni sul fisico. Integra il suo intervento con Tecniche di Cambiamento Rapido Attraverso la Psicologia Bio-Energetica. (operatore EFT) operando sul piano Psico-somatico e Psico-emozionale. Come Life Coach accompagna alla ricerca, la focalizzazione e la concretizzazione del proprio profondo Ideale di Vita, attraverso la scoperta e lo sviluppo delle potenzialità individuali. Relatrice e Conduttrice di Corsi di Crescita Personale, di Consapevolezza di sé e di Gestione delle Emozioni.

Dato il numero limitato di posti disponibili e per garantire migliore accoglienza è richiesta la conferma di partecipazione entro giovedì 27 ottobre





Sabato 5 novembre 2016

MALATI DI CIBO?

SPESA CONSAPEVOLE. CUCINA NATURALE.

“Parlare di cucina e di alimentazione naturale deve far sorgere il dubbio che possano esistere una cucina e un'alimentazione non naturali e già questo basterebbe per attirare la nostra attenzione”. (A.Fiorito, medico omeopata nutrizionista)

Gli allarmi e le conferme scientifiche a proposito del **legame esistente tra errore alimentare e malattia** sono ormai all'ordine del giorno.

Senza che questo rapporto si riduca a una lineare causa-conseguenza, è incontrovertibile che “siamo (e diventiamo) ciò che mangiamo (o, meglio, che assimiliamo)”.

Ed è altrettanto innegabile che – in virtù di una quieta ma progressiva rivoluzione culturale – ci si è man mano accorti di **quanto poco le ragioni dell'industria alimentare collimino con quelle del benessere** quando non della salute.

Dalla consapevolezza a una nuova pratica il passo non è breve ma è certamente possibile.

Si può adottare, secondo noi, anche progressivamente, uno **stile alimentare** che ci faccia mangiare “secondo natura”, facendo del cibo un alleato della salute, senza sconvolgere i nostri comportamenti d'acquisto e mantenendo (o scoprendo?!) il piacere di cibi gustosi e nutrienti.

Si tratta, allora, di:


- conoscere e comprendere alcuni aspetti-chiave della natura degli alimenti, distinguere decisamente tra **cibo di qualità** e **cibo da evitare**;
- saper **leggere le etichette** nei loro principali contenuti;
- (ri)scoprire la semplicità e la soddisfazione di **preparazioni casalinghe**.

Tutto ciò, recuperando il senso della più bella definizione che sia stata data di “cucina naturale”: una cucina “che rispetta la natura degli alimenti e quella di chi li deve mangiare” (Garavini-Honegger Chiari)

Laura Chiara Colombo laureata con lode in Scienze Sociali, giornalista, attiva da sempre nell'ambito della comunicazione e dell'editoria, dal 2001 si occupa di benessere e medicine complementari.

È operatrice di Iokai Shiatsu, Reiki e Linfodrenaggio Vodder, oltretutto praticante di Radiestesìa e Kinesiologia Applicata, formatrice, divulgatrice, senior editor e organizzatrice di eventi nel settore. Da alcuni anni si interessa particolarmente di educazione e terapia alimentare: dal 2015 è GIFT Food Tutor© e sta completando il percorso per diventare Informatore DietaGIFT©.

Dato il numero limitato di posti disponibili e per garantire migliore accoglienza è richiesta la conferma di partecipazione entro giovedì 3 novembre





OFFICINA MEDICAMENTARIA

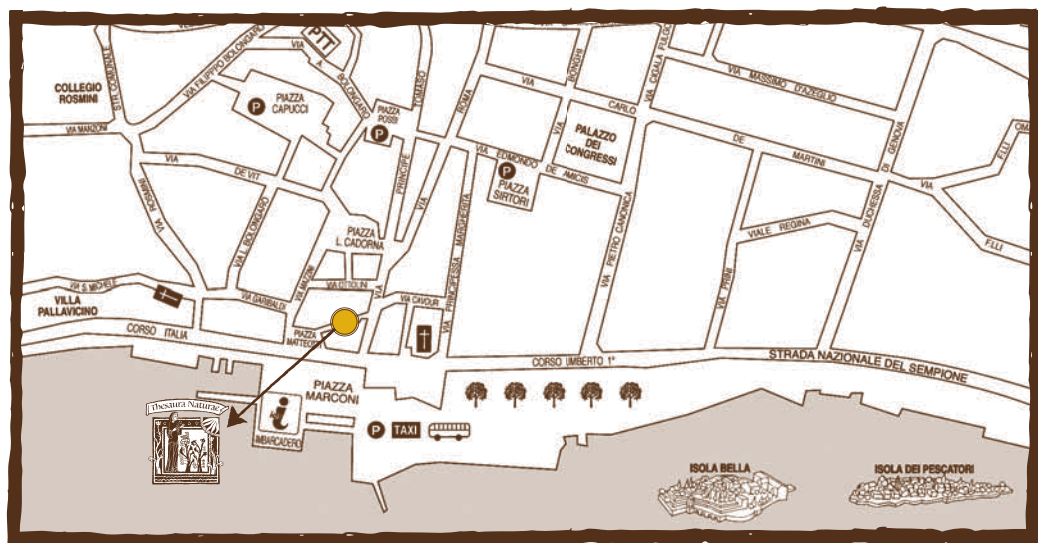
Thesaura Naturae

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI:

Tel. 0323 32242 - info@thesaura.it

per la partecipazione è previsto un contributo di 10 Euro

I seminari si terranno presso
l'Officina Medicamentaria in Via Cavour, Stresa (VB)
dalle 17,30 alle 19,00



Verrete aggiornati sui nostri seminari ed iniziative
iscrivendovi alla **pagina facebook**
<http://www.facebook.com/ThesauraNaturae>

oppure consultando la home page del sito
www.thesaura.it