

# Body learning

**Quali situazioni, incontri o difficoltà fanno di noi le persone che siamo ? Moltissime esperienze partecipano alla nostra formazione ; questi sono i corsi che hanno contribuito alla mia crescita professionale e personale.**

**Grazie a tutti i miei insegnanti, per tutto ciò che mi avete trasmesso !**

---

## **Formazione al Rikon Institut [http://www.tibet-institut.ch/content/tir/en/about\\_us\\_only.html](http://www.tibet-institut.ch/content/tir/en/about_us_only.html)**

Corso di meditazione, ovvero come guidare una meditazione di 20 minuti secondo un metodo del Buddismo Tibetano.  
Da Marzo 2015 a Giugno 2016 : 60 ore di corso + pratica quotidiana di 20min.

---

## **Attività con Dance medicine <http://www.schoolofmovementmedicine.com>**

Gennaio 2018 – Ecuador: Dancing with the heart of the world (Pachamama Allinace) – 14 days  
Febbraio 2017– Berna : Workshop con Ya'Acov e Susanne Darling Khan « The space between us ». Modulo 2 - 5 giorni.  
Agosto 2016 – Berna : Workshop con Ya'Acov e Susanne Darling Khan « The space between us ». Modulo 1 - 5 giorni.  
Novembre 2014 - Zurich: workshop con Ya'Acov Darling Khan « Dare to Dream » - 2,5 giorni.

---

## **Altre attività:**

Settembre 2016 – St. Léger: corso di pittura “peinture par le ressenti – modulo II”, 5 giorni con Julia Andrée  
<http://www.presencesdelumiere.com/peinture-inspiree.html>

Marzo 2015 - Francia: corso di pittura “peinture par le ressenti – modulo I”, 5 giorni con Julia Andrée  
<http://www.presencesdelumiere.com/peinture-inspiree.html>>

Giugno 2014 - Basilea: workshop di Jessica Benjamin basato sul suo libro “The bond of love”. 2h.  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Jessica\\_Benjamin](https://en.wikipedia.org/wiki/Jessica_Benjamin)

---

## **Formazioni con il Metodo Grinberg <http://www.grinbergmethod.com/it/>**

Dal 2005 al 2014 ho seguito regolarmente dei corsi con i fondatori del Metodo Grinberg, Avi Grinberg e Ruth Elkana.  
800 ore di formazione continua sui seguenti temi:

Recuperare da incidenti e malattie	Percepire con il corpo
Processi intensivi	Disciplina quotidiana
Tecniche di lavoro sui muscoli	Tecniche di lavoro sulle ossa
Paura delle persone	Lavoro con i clienti: attitudine, presenza, focus
Relazioni	Concetti di lavoro: stopping / contenere / processo di apprendimento
Come lavorare con persone th hanno subito abusi sessuali	Trasformare le sensazioni di odio
Qualità femminili	Usare la voce
Percezioni umane	Comunicazione fra corpi

