



Armonizzazione mente corpo attraverso la danza

lunedì ore 15,30/16,30

A cura di:

Nicoletta Buchal

Laureata in Medicina e Chirurgia.

Specializzata in Psicoterapia con indirizzo psicoanalitico.

Diplomata in Terapia della Riabilitazione.

Ha completato la Formazione quadriennale in Danzaterapia con Maria Fux.

Svolge attività libero professionale con

approccio mediato da tecniche di rilassamento, massaggio e respirazione per un

sostegno riabilitativo psico-fisico, rivolto

soprattutto a pazienti oncologici.

Ha esperienza nell'ambito delle Cure Palliative ed è stata collaboratrice per molti

anni dell'Hospice del Pio Albergo Trivulzio a Milano e del Reparto di Oncologia

Medica dell'Ospedale San Carlo Borromeo di Milano.

Dal 1996 collabora settimanalmente con

Attivecomeprima.

Questa attività che ha le radici nella Danzaterapia di Maria Fux (danzatrice e coreografa argentina), ma che, di volta in volta è stata adattata, ai bisogni e alle potenzialità di chi sente il desiderio e la curiosità di esprimere la propria emotività e la propria creatività con il corpo, è un gruppo "aperto" che, non essendo basato sulla "bravura" ma sull'intensità dell'esperienza, consente l'inserimento di nuove persone in ogni momento o anche eventuali sospensioni momentanee.

Con l'aiuto della musica, delle suggestioni, della fantasia e della creatività gestuale, gradualmente si verificano molti cambiamenti anche nelle persone più rigide e controllate, inibite e bloccate dalla convinzione di non poter esprimere mai con il corpo la propria emotività e i propri sentimenti.

Tutto questo produce una trasformazione positiva che porta ad essere più aperti, più flessibili e consapevoli che ogni cambiamento nel nostro corpo produce un cambiamento profondo anche nella nostra mente e nel modo di pensare noi stessi e la vita.

ATTIVE
ATTIVECOMEPRIMA ONLUS

Via Livigno, 3. 20158 Milano
Tel. 02 688 96 47
Fax. 02 688 78 98
e-mail: segreteria@active.org
www.active.org

Associazione fondata nel 1973 a sostegno globale delle persone colpite dal cancro.