

Yoga

con Marco*, Adulti e anziani,

dal 2 ottobre al 27 maggio, il mercoledì dalle 19.40 alle 21.10

Yoga e' uno stile di vita che deriva da millenni di tradizione Indiana tramandata da maestro ad allievo.

La sua pratica prevede otto componenti tra i quali troviamo esercizi respiratori, posture alternate e meditazione.

Lo yoga è benefico nel promuovere armonia e benessere fisico e psicologico.

Migliora la capacita' nella gestione delle emozioni e dello stress della vita moderna, incrementa la concentrazione e l'attenzione; e migliora la performance fisica sul piano della forza e dell'elasticita'.

*Marco Carraretto, insegnante di yoga con diploma conseguito in India e fisioterapista.

PER INFORMAZIONI

chiama il **324 5622112**, dal lunedì al venerdì dalle 09:30 alle 14:00, o scrivi a assgermogli@gmail.com

Tutte le attività organizzate dall'**Associazione Germogli** si caratterizzano per la loro qualità: sono tenuti da professionisti titolati e con esperienza e si svolgono individualmente o in piccoli gruppi che ne aumentano l'efficacia. I corsi e i trattamenti si tengono presso i locali polivalenti del Centro Servizi agli Anziani "**Villa Magnolie**" e dell'Asilo nido "**La casa sull'albero**" di Monastier di Treviso, via Giovanni XXIII 9.

ATTIVITA' PER ADULTI E BAMBINI 2019 2020



CORSO DI MASSAGGIO INFANTILE | **GENITORI OGGI**

PROFESSIONE NONNI | **TEATRO** | **YOGA**

Le attività sono promosse dall'

Associazione Germogli

Associazione culturale senza finalita' di lucro. Tra i suoi scopi ha la promozione del benessere fisico e psicologico, sociale ed emotivo degli iscritti, la crescita culturale ed etica giovanile e non.

Corso di Massaggio infantile

con Michela*, Bambini 0/5 mesi,
dal 18 settembre in edizioni ripetute, inizio ore 09.30 alle 11.00

Il percorso si articola in 5 incontri nei quali il bambino ed il suo genitore potranno scoprire attraverso il massaggio un nuovo modo di comunicare e di stare assieme.

Un tempo lento in cui rilassarsi, confrontarsi tra mamme (o papà) ed essere in con-tatto con il proprio piccolo.”

*Michela Geretto, laureata in Scienze dell'Educazione, psicomotricista, specializzata in massaggio infantile

Professione Nonni

con Susanna*, quattro incontri di piccolo gruppo della durata di due ore ciascuno
venerdì 6 -13 -20 - 27 marzo, inizio ore 17.00

Un percorso di formazione rivolto ai nonni con la finalità di favorire la comunicazione tra nonni e genitori e creare una necessaria alleanza educativa non conflittuale. Incontri per integrare saggezza e tradizioni dei nonni al fine di sviluppare le competenze relazionali in favore delle esigenze educative e dei bisogni dei nipoti, da sommare all'educazione impartita dai genitori.

*Susanna Mussato, Pedagogista, specialista in Scienze Educative applicate alla Genitorialità e Sviluppo dei Figli.

Genitori Oggi...non è così facile!

“La realtà dall'infanzia all'adolescenza”

con Susanna*, quattro incontri di piccolo gruppo della durata di due ore ciascuno
venerdì 8 - 15 - 22 - 29 novembre, inizio ore 20.00

Incontri educativi per aiutare genitori e futuri genitori a costruire l'avvenire dei figli tra tempi di lavoro e tempi di cura. Un percorso che intende offrire ai genitori, in una società così complessa ed in rapido cambiamento, uno spazio di riflessione e condivisione sulle responsabilità e le fatiche dell'educare, sull'essere madre e padre e sulle scelte da fare insieme al fine di aiutarli ad individuare i principi guida che permettano di costruire un rapporto caloroso, autorevole e positivo con i propri figli.

*Susanna Mussato, Pedagogista, specialista in Scienze Educative applicate alla Genitorialità e Sviluppo dei Figli.

Mi avvicino al Teatro

con Silvia*, otto incontri della durata di un'ora e mezza ciascuno
da ottobre a maggio in edizioni ripetute

Breve introduzione ed esplorazione delle tecniche di base del teatro per esplorarne caratteristiche e peculiarità. Si intende inoltre offrire ai partecipanti un'occasione di incontro e di confronto attraverso un'attività che valorizzi le potenzialità di ciascuno, stimolando ed accrescendo tutta una serie di competenze: dalla capacità di ascolto alla comprensione, dall'espressività vocale a quella corporea.

*Silvia Busato, attrice e regista teatrale professionista. Conduce laboratori teatrali rivolti ad adulti, anziani, ragazzi e a persone con disabilità.