



INCONTRI DEL LUNEDÌ: **L'INFORMAZIONE COME MEDICINA**

conferenze a tema in programma tutti i lunedì alle ore 20.30 da OTTOBRE 2016 a GIUGNO 2017

03-10	Repressione, depressione, riflessione e successive espressioni. Un percorso appartenuto a tanti che possiamo, guardando noi, incontrare e sviluppare. <i>Cosimo Calavita, medico</i>
10-10	Sciamanesimo e piante magiche. L'antico legame tra l'uomo e le erbe. <i>Roberto Sarasini, erborista</i>
17-10	Quando il benessere è un'arte... marziale. Incontro con una tecnica di lunga vita che dura tutta la vita. <i>Giuseppe Giusti, maestro di Tai Chi Chuan</i>
24-10	La ritmica Dalcroze per belli e brutti cioè per tutti. Dal ritmo del proprio cuore e del proprio respiro possiamo tirar fuori nuove libertà di riflessione ed espressione. <i>Marina Sbardolini, pianista, esperta di espressione corporea</i>
07-11	I Sali dell'Himalaya. Come l'uso di un dono della terra proveniente dal lontano passato di oltre 200 milioni di anni può facilitare la vita del nostro presente. <i>Bryan Ingrid, estetista</i>
14-11	Lo sguardo diagnostico. La pelle vista da un non dermatologo. <i>Ernesto Bonera, professore, medico internista</i>
21-11	A proposito di acque minerali... e non. Tutto quello che c'è da sapere sull'acqua che beviamo e su quella che dovremmo bere. <i>Sergio Berardi, direttore Terme Castello di Vallio, esperto di acque minerali</i>
28-11	Sento di aver diritto ad avere un sogno da sognare, da realizzare. Libera conversazione sul progetto del Giardino Botanico delle "Piante Ponte" con <i>Cosimo Calavita, medico</i>
05-12	Contorsioni in un periodo minato da tante chimere. La permanenza in un penitenziario trasformabile in occasione di riflessione e rinascita. <i>Don Adrano Santus, cappellano casa circondariale di Brescia</i>
12-12	A versi sciolti verso la luce. Sul filo poetico che unisce l'oriente con l'occidente. <i>Elisa Lavanga, poetessa</i>
19-12	Aspettando Natale 2016 con il Coro Filarmonico di Brescia. <i>direttore Massimo Mazza, pianista Marco Paderni</i> Le donazioni raccolte saranno interamente destinate per la costruzione di servizi sociali e scolastici per il Comune di Gualdo. Adesione al progetto gestito dalla Fondazione della Comunità Bresciana "NON LASCIAMOLI SOLI"
09-01	Aria inquinata. Il punto sulle iniziative dell'Amministrazione Comunale, a breve e a lungo termine, per ridurre quello che da tanti di noi è vissuto come un incubo. <i>dr.ssa Donatella Albini, delegata alla Sanità Comune di Brescia</i>
16-01	Lo sguardo diagnostico. I mal di gola comuni e rari. <i>Ernesto Bonera, professore, medico internista</i>
23-01	Nelle mani di chi? Orientarsi fra tecniche diverse contro i dolori articolari di stagione e non. <i>Irene Favero, laureata in Fisioterapia e Scienze Motorie, terapeuta manuale Maitland®, personal trainer</i>
30-01	La bellezza. Dalla potenzialità di dare spazio alle proprie espressioni, alla dolce bellezza che potremmo liberare dai nostri occhi. <i>Rosanna Monforte, medico</i>
06-02	Movimento somatico. Un viaggio nel territorio del corpo per scoprirne la saggezza. <i>Maura Amelia Bonanno, Etno Antropologa, facilitatrice in movimento somatico, esperta di Eneagramma.</i>
13-02	Metamedicina: i sintomi come messaggi. Storia di una ricerca di guarigione e dei magnifici risultati ottenuti. <i>Serena Baratti, consulente di Metamedicina</i>
20-02	L'Arte efficace farmaco per l'anima. Curarsi guardando muniti di sguardi nuovi. <i>Delfina Bordiga, pittrice</i>
27-02	Eneagramma. Una mappa dell'esperienza umana per meglio comprendere noi stessi e gli altri. <i>Maura Amelia Bonanno, Etno Antropologa, esperta di Eneagramma, facilitatrice in movimento somatico.</i>
06-03	Lo sguardo diagnostico. Le funzioni renali e le alterazioni minzionali dell'anziano. <i>Emilia Verzelletti, medico, Ernesto Bonera, professore, medico internista</i>
13-03	Ipnosi, Autoipnosi per il benessere. Una delle possibilità per superare un disagio raggiungere meglio i propri obiettivi. <i>Raffaele Leone, psicologo</i>
20-03	Tè per te. Cerimonia del Tè Zen. <i>Piero Muscio, cultore e specialista del Tè</i> Per la partecipazione alla cerimonia è necessaria la prenotazione
27-03	La collina del ginepro. Dialoghi con l'albero. <i>Roberto Sarasini, erborista</i>
03-04	Benedizione del grembo. Incontrarsi con la forza del femminile e gioirne per averla ritrovata. <i>Barbara Ottoni, Moon Mother</i>

10-04	Là in fondo al bicchiere I L'esito di incontri infelici con l'alcool reso comprensibile da chi studia il fegato e tutte le sue possibili "sofferenze". <i>Massimo Graffeo, medico, epatologo</i>
08-05	Idea Salute in gita notturna alle Torbiere del lago d'Iseo con luna piena. (ritrovo al Monastero di Provaglio d'Iseo) <i>Paolo Franceschetti, laureato in Scienze Forestali, guida della Riserva Naturale delle Torbiere del Sebino</i>
15-05	Mettiamoci in gioco. Siamo giardini o architetture? Un laboratorio per sperimentare in forma ludica immagini da comporre e interpretare personalmente. <i>Delfina Bordiga, pittrice e Flavia Maffezzoni, psicologa e psicoterapeuta</i>
22-05	Là in fondo al bicchiere II Un'esperienza fruttuosa di liberazione dalla dipendenza alcolica realizzata in 4 settimane. <i>Luigina Scaglia, medico, psicoterapeuta, responsabile Centro Riabilitazione Alcolica Palazzolo sull'Oglio</i>
29-05	Là in fondo al bicchiere III Capire il vino e le sue interessanti qualità per apprezzarne la magia e poterne godere senza abusare. <i>Mattia Vezzola, enologo</i>
05-06	Il profondo respiro dello Yoga. Un'antica disciplina in continua evoluzione che si rinnova poggiando su tecniche e valori saldamente radicati. <i>Federica Capra, insegnante di Yoga</i>
12-06	Presentazione del libro di Aldo Bonfadini: "Una vita per lo sport e per il lavoro in Banca" . Il racconto delle tappe di un intreccio affascinante: la vita di Aldo e della sua città.