

SABATO 9 MARZO 2024
LA FESTA DEL FEMMINILE
Per uomini e donne



Il valore del femminile

Una giornata di iniziative per celebrare
il Femminile e promuovere benessere e
crescita personale

SABATO 9 MARZO 2024
LA FESTA DEL FEMMINILE

Nella settimana in cui si celebra la **GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DONNA**, Il valore del femminile propone un programma di attività volte al benessere e alla crescita personale.

Sentiamo che il modo più bello per festeggiare la donna, e il femminile che incarna, è contribuire concretamente a creare possibilità di prendersi cura di sé attraverso attività di gruppo che vadano a nutrire i nostri bisogni.

Le iniziative in programma sono offerte gratuitamente dai soci dell'associazione che si metteranno al servizio per il benessere di tutti.

Per la partecipazione alle attività è richiesta la prenotazione.

L'evento è aperto a tutt* con un'offerta libera e consapevole, a sostegno delle attività dell'associazione.

**PER PRENOTAZIONI: info@ilvaloredelfemminile.org
Tel./whatsapp: 392-1074600**

LE INIZIATIVE IN PROGRAMMA

Ore 10,00 – 11,30

TAROLOGIA TANTRIKA con Libera Ligorio

Laboratorio Esperienziale in cui la meditazione tantrica si unisce ai Tarocchi: consisterà in un cerchio in cui le e i partecipanti saranno inizialmente guidate nella "pratica dell'amore profondo" volta all'attivazione del chakra del cuore, per finire in una condivisione del vissuto attraverso l'utilizzo dei Tarocchi Sexpositive.



LIBERA LIGORIO è Counselor esperta in Educazione Sessuale, Tantracoach sistema Pulso Tantrico, Tarologa, co-ideatrice del Progetto Sexpositivetarot. Conduce inoltre laboratori di autoesplorazione del Sé creativo ed erotico.

Ore 11,30 – 12,00

EQUILIBRIO, EMOZIONI E SALUTE con Giannetta Dell'Ariccia

Scopriamo insieme attraverso un esercizio esperienziale come le nostre emozioni possono influenzare la nostra salute e il nostro equilibrio.



GIANNETTA DELL'ARICCIA è Health & Life Counselor. Aiuta le donne ad allineare corpo-mente-anima per migliorare salute, relazioni e produttività.

Ore 12,00 – 13,30

RIGENERAZIONE CELLULARE con Anna Maria Materazzo

Con la collaborazione della Fondazione Renè Mey, l'operatrice trasmetterà l'insegnamento di un potente trattamento di rigenerazione cellulare ai partecipanti, i quali potranno a loro volta donare gratuitamente il trattamento a chi desiderano.



ANNA MARIA MATERAZZO è Riflessologa plantare e corporea del Medodo Lucia Torri Cianci con chiavi interpretative psicosomatiche; craniosacralista biodinamica. Volontaria della Fondazione Renè Mey per la diffusione delle sue tecniche emozionali volte a ripristinare il benessere psico-fisico della persona.

Ore 14,30 – 15,30

CAMMINATA METABOLICA con Daniela Croce

La Camminata Metabolica®, oltre ad essere un programma di allenamento, è un autentico percorso di rinascita che aiuta le persone a ritrovare benessere fisico e mentale in modo unico e naturale. Superando i confini della palestra e stando a contatto con la natura, ogni lezione diventa un'esperienza capace di nutrire la mente di calma e di gioia. Nessuna forzatura, nessuna fretta. Ognuno raggiunge i risultati di benessere seguendo i propri ritmi.



DANIELA CROCE è Trainer di Camminata Metabolica, Counselor in formazione e formatrice. Conduce lezioni di Camminata Metabolica su Roma.

Ore 16,00 – 17,30

QI GONG con Germano Fazio

Il Qi Gong è una disciplina dell'antica Cina nella quale si eseguono movimenti lenti coordinati dal respiro e dove si placa la mente. Nasce dalla combinazione della Medicina Tradizionale Cinese, dalla filosofia e dalle arti marziali. In questo incontro vedremo alcune tecniche utili per lenire il mal di testa.



GERMANO FAZIO è Professional counselor, Insegnante di Qi Gong e Lettore dei registri Akashici.

Ore 17,30 – 19,00

LA VOCE E IL TAMBURO con Cristina Paciotti

Un viaggio sonoro alla scoperta del nostro vero sé.

Le vibrazioni sonore del tamburo e della nostra voce ci possono trasportare in stati di coscienza in cui è possibile entrare in contatto con il nostro vero sé: la parte più integra e al tempo stesso anche la più vulnerabile, che spesso non ascoltiamo. Cristina ci condurrà in un'esperienza volta ad integrare l'esperienza del suono del tamburo e dell'utilizzo della voce, con una meditazione di attenzione cosciente.



CRISTINA PACIOTTI è Counselor Professionista e organizzatrice di eventi olistici in tutta Italia.

Ore 19,00 – 20,30: **APERITIVO TIME**

Momento conviviale. Porta una bibita e/o una pietanza da condividere!

CONCERTO FINALE

Ore 21:00

HORIZONS IN CONCERTO

La fisarmonica è uno "strumento nomade" ed è lo strumento popolare italiano per eccellenza; la si può ascoltare nel folklore delle varie regioni da Nord a Sud, nelle feste di paese dove guida le caratteristiche danze popolari e nelle balere romagnole.

Diventa tutt'altra cosa nelle mani di **LEONARDO DI GIOIA**: fisarmonicista eclettico, improvvisatore, camaleontico, inserito nell' "enciclopedia mondiale dei fisarmonicisti" e premiato come "nuovo talento della fisarmonica jazz" a Nizza.



I suoi concerti sono una sorta di "viaggi" che omaggiano le terre europee fino ad arrivare alle sponde dell'America latina; tra brani ricercati e altri di sua composizione, si ascoltano i ritmi del mediterraneo come il flamenco, la musette francese, fino ad arrivare ai ritmi sudamericani del samba, del baião, del tango, il tutto caratterizzato dalla sua verve improvvisativa carica di swing e dal suo stile unico nel suo genere.

Ad affiancarlo, il sassofonista e suo grandissimo amico storico **ENZO BACCO**, poliedrico e ricercato nel suono, jazzista tra i più rinomati nel nostro panorama musicale, equilibrato tra linguaggi musicali etnici e moderni.

Il loro concerto è un ritratto di due artisti maturi e consapevoli, da ascoltare ad occhi chiusi, immaginando danze, popoli, paesaggi e culture a noi vicine eppure irrimediabilmente lontane.

Fuori dagli standard, in tutti i brani spiccano cantabilità, versatilità, fantasia, tocco, capacità interpretative, passando da una istintiva e naturale propensione all'improvvisazione dove malinconia, gioia, ironia, drammaticità, pathos e sogno coinvolgono l'ascoltatore in una ispirata, profonda, tumultuosa tempesta di sentimenti; e in ogni loro live, nuovi fraseggi, nuove armonie e nuovi ritmi si susseguono decisi, fluidi ed armoniosi, sfociando in idee estemporanee dagli esiti sempre originali.

PER PRENOTAZIONI: info@ilvaloredelfemminile.org

Tel./whatsapp: 392-1074600