

SCOPRIAMO IL TANTRA

Il Tantra è l'unica disciplina orientale che parla dell'importanza dell'amore e della coppia.

Nella sua conferenza delle ore 16 intitolata "Come il Tantra ci può aiutare nelle relazioni e nella sessualità" Stefano Ananda tratterà 3 argomenti:

- la visione dell'amore per il Tantra

- i segreti per fare durare una coppia nel tempo

- come migliorare la sessualità

Al termine della conferenza ci sarà la presentazione del libro "Amore e Tantra".



VEGAN



Il Veganesimo sta riscuotendo sempre maggiore interesse. Molti ne parlano, ma non sempre le informazioni sono corrette. La dott.ssa Lorena Di

Modugno nella sua conferenza delle 14 "Perché scegliere vegan e come passare al vegan con gli integratori" ci spiegherà cosa si intende per corretta alimentazione Vegana, il ruolo degli integratori, quali vantaggi può offrire (e quali problemi se seguita in modo sbagliato) e quali sono gli errori da evitare.

BIOGINNASTICA E OMEOSINERGIA

Il dottor Luigi Marcello Monsellato, l'ideatore del metodo Omeosinergia, e la dott.ssa Stefania Tronconi, l'ideatrice della metodologia Bioginnastica, ci parleranno nella conferenza delle ore 17 "L'anima si ritrova in un corpo: l'incontro fra Bioginnastica ed Omeosinergia" dell'importanza di divenire protagonisti del nostro benessere fisico, emotivo e spirituale.



Il corpo ci parla e noi dobbiamo essere capaci di coglierne i segnali; ci offre un mezzo di conoscenza profonda di noi stessi, una guida per il raggiungimento della Consapevolezza e per ritrovare l'unità corpo-mente e spirito.

ORGANIZZATORE DEL FESTIVAL

SCUOLA DI YOGA E TANTRA "TANTRAYOGA"

La scuola "Tantrayoga" tiene corsi di Yoga e Tantra basati sugli insegnamenti tradizionali, tramandati dai saggi dell'India e del Tibet. Utilizziamo conoscenze e tecniche mutuare da tutte le principali forme di Yoga (Hatha, Jnana, Raja ...), integrate con gli insegnamenti dei principali maestri.

CORSI DI YOGA

Lo Yoga è una disciplina orientale antichissima, di grande successo ai nostri giorni in quanto, in un mondo sempre più frenetico e stressato, permette di ritrovare un profondo equilibrio ed armonia tra il corpo, la mente e l'anima.

Inizio lezioni dal **14 Settembre 2015**; corsi in tutti i quartieri di Bologna (consultare sito www.yogabologna.com). Prima lezione gratuita.



CORSI DI TANTRA

Il Tantra è una scienza di sviluppo personale, diventata famosa in occidente per la sua capacità di fondere la spiritualità con l'amore e la sessualità. Una disciplina antichissima che ridà la giusta centralità all'amore, come la cosa più importante per cui valga la pena vivere.

Inizio lezioni dal **15 Settembre 2015**; corsi in zona universitaria/San Donato (consultare sito www.tantraitalia.it). Prima lezione gratuita.



Tel: 366/4296684 - www.yogabologna.com

UN FESTIVAL IN CRESCITA

Il "Festival Bologna Ben Essere", ormai giunto alla sesta edizione, è il primo festival olistico di Bologna, ed è diventato una manifestazione di riferimento per l'Emilia Romagna nel campo delle discipline Olistiche (Yoga, Shiatsu, Ayurveda, Qi Gong e molte altre) e del Benessere naturale.

Questo festival è organizzato con il patrocinio del quartiere Santo Stefano e della Federazione Italiana Shiatsu.

AIUTO ORGANIZZATORI

Scuola Shiatsu IRTE

Scuola Shiatsu IRTE, dal 1979. Corsi introduttivi e professionali. www.shiatsuirte.it giannitoselli@shiatsuirte.it tel. 349-2672433



Accademia Psiche Corpo

Consulenze psicologiche, corsi di Training Autogeno e corsi Antifumo. Per Info tel. 366 4296684 www.accademiapsichecorpo.it



COORDINATRICE FESTIVAL

Dott.ssa Corina Costea, psicologa psicoterapeuta

Specializzata in Psicosintesi, un approccio di tipo olistico che mira allo sviluppo armonico della personalità, come totalità bio-psico-spirituale, e a favorire un contatto con i livelli superiori della psiche.

La sua attività di consulenza psicologica e psicoterapia (individuale e di coppia) è rivolta sia a coloro che vivono stati di disagio psichico sia a chi desidera lavorare sul proprio benessere per mantenere un livello costante di salute psicofisica, di equilibrio e positività. Organizza corsi di training autogeno e seminari di crescita personale (autostima, comunicazione assertiva, meditazione ecc).

Per info: www.bolognapsicologo.it

PROMOTORI DEL FESTIVAL

REIKI Sat - Essenza delle cose
facebook: sat essenza delle cose
tel. 338 4539323



TAI CHI Centro Studi Italiano Tai Chi
www.csitaichi.it
tel. 333 5753265



CRANIOSACRALE E KINESIOLOGIA
Taodiluce
www.taodiluce.it - tel. 333 9508302



QI GONG qigongpeople
www.medicineintegrate.it **QIGONGPEOPLEBOLOGNA**
tel. 051 541043

AURA SOMA Diana Antonaroli
antonarolididi@gmail.com - tel. 338 9161859

DANZA OLISTICA
www.danzaexcelsaolistica.com
tel 347 6957017



SCUOLA "SPAZIO IL RESPIRO"
Corsi Biennali/Triennali e Master per operatori/counselor olistici, etc.
Corsi in tecniche di massaggio
www.spazioilrespiro.it



PROFESSIONE CANTANTE SCUOLA FBFS
Metodo di canto per cantanti, attori e ballerini
www.sbarraterrapercantanti.it
tel. 347 2668913



BIOPROFUMERIA Cosmetici naturali
www.labioprofumeria.it
tel. 051 8491163



LIBRERIA ESOTERICA IBIS
www.ibisesoterica.it
tel. 051 239818



TANGO
www.olitango.it
tel. 339 473 4113



RIFLESSOLOGIA PLANTARE Lisa Brotto
lisabrotto@gmail.com
tel. 339 8508805

MASSAGGIO RILASSANTE/ANTI-STRESS
Roberto Sancini - tel. 339 4446290

MASSAGGIO SONORO E CRISTALLI
Lorenzo Golinelli e Susanna Bruni
<http://giardinodegliangeli.jimdo.com>
tel. 329 7368165



Bologna Ben Essere

6° Festival della Salute e del Benessere Olistico

- Yoga • Shiatsu • Tantra •
- Tai chi • Qi gong •
- Alimentazione naturale •
- Massaggi • Ecologia •
- Musicoterapia •

Prove gratuite
Conferenze
Mercatino
Alimentazione ...

Domenica
13 Settembre 2015

Ore 10.00 - 20.00

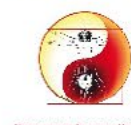
Ingresso gratuito
e aperto a tutti

www.bolognabenessere.it

Con il patrocinio di:



Comune di Bologna
Quartiere Santo Stefano



FEDERAZIONE ITALIANA SHIATSU
PROMOTORI E ORGANIZZATORI
www.fisioe.it

Durante il Festival, ad **ingresso libero** e gratuito, verranno proposte **15 conferenze gratuite** ed un **ricchissimo calendario di attività**: laboratori, interventi performativi, spettacoli.



A pranzo sarà possibile mangiare nel nostro **punto ristoro Biologico** a cura di **Alchemilla** (che ha sede a Bologna in via Mascarella 76/a), in cui proporremo una vasta scelta di cibi biologici, vegan e vegetariani, non solo gustosi ma anche salutari.



Saranno inoltre presenti **operatori olistici** e scuole di discipline del benessere per farvi provare **diversi tipi di trattamenti** (shiatsu, sonoro, rilassante, vibrazionale, plantare, cristalli, ayurvedico..) al **prezzo promozionale di 15 euro a trattamento**. Sarà possibile inoltre avere consulenze individuali con i nostri professionisti (naturopati, kinesiologi..)



Potrete provare **gratuitamente** varie discipline (Yoga, Qi Gong, Tantra, Tai Chi...), essere informati sulle ultime novità nel **campo dei prodotti biologici**, conoscere gli ultimi aggiornamenti sulle cure olistiche, acquistare qualcosa nel nostro mercatino.



Poi tante altre attività per passare una giornata oltre che divertente, molto istruttiva e che, perché no, ci aiuterà a riflettere su un corretto stile di vita...

LA MANIFESTAZIONE SI TERRÀ ANCHE IN CASO DI MALTEMPO PRESSO LE SALE INTERNE.

APERTURA DEL FESTIVAL

Il Festival comincerà alle 10,20 con una **sorpresa speciale di benvenuto**, a cui non potete mancare, cui seguirà un'interessantissima conferenza intitolata "**LE MALATTIE CHE FANNO GUARIRE**" della Dott.ssa Katia Bianchi e della Dott.ssa Sandra Pellegrino.

Un approccio innovativo sulla malattia, che ci insegna che quando ci ammaliamo, stiamo già creando le condizioni per superare questo stato di crisi. Proprio tale stato di crisi, in cui la nostra vita si ferma davanti ad una esperienza non integrata, ci mostra nuove vie da percorrere. Le malattie ci guariscono perché ci cambiano la vita.

area laboratori gratuiti (sala Gialla)

12.00-13.15

Cantiamo con i Chakra - Metodo FBFS.
Deborah Bontempi-scuola di canto FBFS.

13.30-14.45

Conferenza esperienziale: "Il colore come terapia" Carla Borri scuola di Arteterapia a indirizzo antroposofico

15.00-16.15

Il corpo parla, la Bioginnastica ascolta.
Gabriella Giogoli, operatore di Bioginnastica®.

16.30-17.45

Prova aperta a tutti di DANZA EXCELSA OLISTICA. Pura emanazione dell'Essere. Rita Revathy. (Consulente, Ricercatrice ed operatrice Olistica).

LABORATORIO ESPERIENZIALE (10 euro)

18.00-19.30

Meditazione con cristalli e campane tibetane.
Lorenzo Golinelli e Susanna Bruni
-Giardino degli angeli.

sala conferenze

10.20 **Sorpresa speciale di benvenuto, ed apertura del Festival.**

10.30 **Le malattie che fanno guarire. Il Paradosso del nuovo approccio di cura secondo la Nuova Medicina Germanica di Hamer.** Dott.ssa Katia Bianchi psicologa psicoterapeuta e Dott.ssa Sandra Pellegrino medico chirurgo.

12.00 **Come vivere nella prosperità a tutti i livelli: materiale, relazionale e spirituale.** Dott.ssa Corina Costea psicologa psicoterapeuta.

13.00 **Acqua pura, alcalina, informata; tutto parte dal comprendere. Liquida, solida, gassosa: l'acqua ci invita alla trasparenza delle informazioni.** Davide Tinti.

14.00 **Perché scegliere vegan e come passare al vegan con gli integratori.** Dott.ssa Lorena Di Modugno, studiosa di medicina naturale e orto molecolare, fondatrice Associazione di Psicomedicina Quantistica.

15.00 **Counseling essenziale: le dinamiche emotive dell'esistenza.** Abele Contu -Spazio il respiro.

16.00 **Come il Tantra ci può aiutare nelle relazioni e nella sessualità.** Stefano Ananda, autore del libro "Amore e Tantra" -Scuola "Tantrayoga".

17.00 **L'anima si ritrova in un corpo: l'incontro fra Bioginnastica ed Omeosinergia.** Dott. Luigi Marcello Monsellato ortopedico psicologo psicoterapeuta e Dott.ssa Stefania Tronconi scienze motorie massofisioterapista.

18.00 **Postura ed emozioni: alla scoperta del linguaggio del corpo.** Giorgio Giorgini, kinesiologo e tecnico di posturometria.

APERITIVO NATURALE

Dalle 18.00 alle 19.30 potrete gustare il nostro aperitivo naturale, **un'ASSOLUTA NOVITÀ per Bologna.** Oltre a squisiti cocktail, succhi e bevande, potrete degustare il nostro buffet, che offre prodotti che oltre che gustosi sono **biologici e naturali.** Una sana alimentazione è alla base della nostra salute.

Gli incontri in sala museale/parco prevedono una parte pratica/di esercitazioni.

sala museale/parco

12.00 **Il ruolo delle medicine naturali nella cura dei nostri animali. I criteri per una scelta efficace in una visione olistica di terapia.** Dott. Filippo Pilati fondatore **Officina Olistica Veterinaria.**

13.00 **Prova pratica di Tango Olistico: non occorre saper ballare tango, né essere in coppia.** Scuola di Tango OLITANGO.

14.00 **Qi Gong: la via antica per la vita moderna.** Associazione Qi Gong People.

15.00 **Prova pratica di danza dell'anima: se la mente... mente, l'anima parla chiaramente. Come evolvere... attraverso il corpo.** Laura De Stefano.

16.00 **Tai Chi Benessere.** Centro Studi Italiano Tai Chi.

17.00 **Tecniche di rilassamento, visualizzazione creativa e Training Autogeno per eliminare l'ansia e per un benessere globale.** Accademia Psiche Corpo - Dott.ssa Corina Costea psicologa psicoterapeuta.

18.00 **Yoga: semplici posture e tecniche per il corpo, la mente e lo spirito.** Scuola "Tantrayoga".

19.15 **Spettacolo di Danza Orientale intitolato: "Danza egiziana dalla tradizione alla modernità".** Scuola Oriente in Movimento.

CHIUSURA DEL FESTIVAL

Il Festival si chiuderà alle 19,15 con uno **spettacolo gratuito di Danza Orientale** della scuola Oriente in Movimento che si intitolerà "**Danza egiziana dalla tradizione alla modernità**" in cui ci verranno mostrate danze della tradizione popolare del sud dell'Egitto, danze popolari cittadine e danze arabo- andaluse.



Festival Bologna Ben Essere
Giardini e sale del Quartiere Santo Stefano (Baraccano) • Viale Gozzadini 1 • Bologna
Per informazioni: tel. **366/4296684**

Sponsor principale



LA MANIFESTAZIONE SI TERRÀ ANCHE IN CASO DI MALTEMPO PRESSO LE SALE INTERNE.