

## IL PROGRAMMA

### VENERDÌ 11 MAGGIO

- 08.00-09.45 Accoglienza partecipanti  
10.00-11.00 Saluto iniziale e presentazione dei lavori  
11.00-13.00 **Come ne parlo in famiglia**  
Presentazione libro: *Insieme per sempre*  
13.00-14.30 **Pranzo buffet presso l'Hotel**  
14.30-15.00 Ritrovo in Plenaria  
15.00-18.00 **Laboratori**  
18.30-19.30 Tempo libero  
19.30-20.30 **Cena presso l'Hotel**  
20.30-21.00 Ritrovo in Plenaria  
21.00 **Spettacolo serale a sorpresa**  
Pernottamento presso l'Hotel

### SABATO 12 MAGGIO

- 07.00-08.30 Colazione presso l'Hotel e restituzione chiavi  
08.30-09.30 **Risveglio muscolare dolce:** Viet Tai chi  
09.30-12.30 **Laboratori**  
12.30-13.30 **Considerazioni conclusive**  
Ringraziamenti e saluti  
13.30-14.30 **Pranzo di chiusura presso l'Hotel**

### OFFERTA PER LE DUE GIORNATE PRESSO L'HOTEL MILLEPINI DI MONTEGROTTO:

**50€ a persona  
(bambini gratis)**

- Alloggio in camera doppia comprensivo di:  
· 11 maggio: pranzo a buffet e cena (bevande escluse)  
· 12 maggio: colazione e pranzo a buffet (bevande escluse)

- Partecipazione al programma, comprensivo di:  
· Accoglienza  
· Partecipazione ai laboratori  
· Spettacolo serale  
· Servizio baby sitter

- Possibilità di accedere ad attività scontate:  
· Apnea Experience (60/70 €)  
· Piscine termali (20€)  
· Altre agevolazioni

## La Profondità del Benessere 2018

# La Rosa degli Eventi

Si prega di compilare la scheda di iscrizione in stampatello  
e inviare **entro il 16 Aprile 2018**.

Le iscrizioni verranno accettate **fino ad esaurimento posti**.  
Massimo **100 partecipanti**.

## SCHEMA DI ISCRIZIONE

**PARTECIPAO ALL'ESPERIENZA RESIDENZIALE** dell'11 e 12 Maggio  
presso **HOTEL MILLEPINI, Via Catajo 42 - Montegrotto Terme (PD)**

Nome	Cognome
Luogo di nascita	Data di nascita
E-mail	Telefono
Codice fiscale	Città di residenza
Indirizzo di residenza (via, N. civico, Provincia, Cap)	

#### dichiaro inoltre di essere:

- Paziente oncologico       Familiare di paziente oncologico  
 Amico di paziente oncologico       Altro

Eventuale ULSS e Presidio di appartenenza (indicare anche se si è Familiari o Amici):

Divido la stanza con:

#### \*desidererei partecipare al laboratorio di (segna con una x):

- Sessualità       Training Autogeno       Mindfulness  
 Scrittura Creativa       Social Dreaming Matrix       Cronicità

DESIDERA PARTECIPARE all'attività EXTRA a PAGAMENTO di Apnea Experience?

SÌ  NO

PRIVACY. Autorizzo il trattamento dei miei dati personali e sensibili in base al D.Lgs. n. 196/2003.

Li \_\_\_\_\_ il \_\_\_\_/\_\_\_\_/2018

Firma \_\_\_\_\_

\*Le iscrizioni ai laboratori verranno accettate fino ad esaurimento posti disponibili.  
Le iscrizioni in eccedenza ad un laboratorio verranno ridistribuite agli altri laboratori dalla segreteria organizzativa secondo disponibilità.

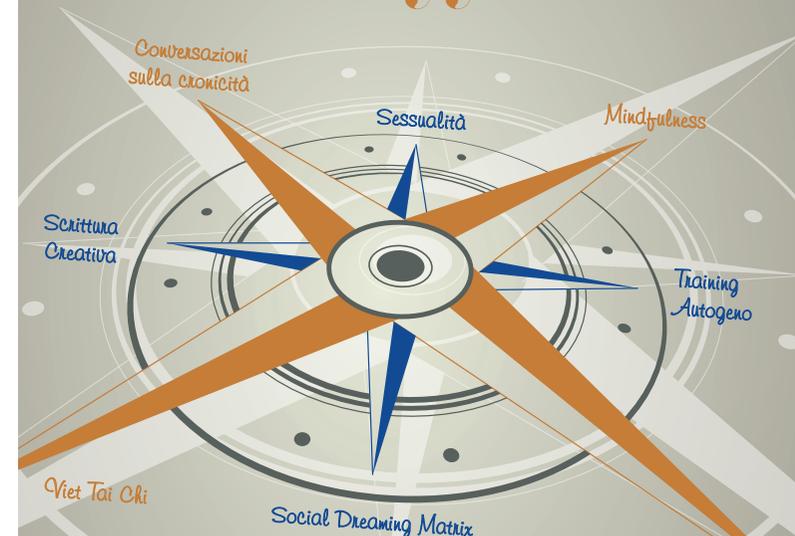
Segreteria Organizzativa tel.: 049 2956586 cell.: 389 6082162

*Altre Parole*  
FONDAZIONE ONLUS

## La Profondità del Benessere 2018

# La Rosa degli Eventi

## 11 e 12 Maggio 2018



Una mappa per orientarsi nella navigazione quando si alza  
il vento, alla ricerca del senso degli eventi di ogni esistenza.

**Con il proposito che, qualsiasi sia la strada  
che scegliamo di percorrere, il vento che incontra la  
nostra traiettoria sia un vento amico,  
un vento di cambiamento e di nuovo vigore  
verso il nostro benessere.**



# La Rosa degli Eventi

## I LABORATORI

### SESSUALITÀ

*Dott. Adriano Legacci*

“Lieben und arbeiten”. La capacità di “Amare e lavorare”. Erano queste per Sigmund Freud le condizioni alla base del benessere psichico, della salute fisica ed emotiva. In questa prospettiva il mantenimento di un buon equilibrio dell’energia libidica - o sessuale - si pone come passaggio ineludibile lungo il percorso che conduce alla “profondità del benessere”.

Tramite l’utilizzo di tecniche proprie della meditazione tantrica e della psicologia occidentale il corso, di tipo esperienziale, verterà sui temi universali dell’Eros e della Psiche.

### SCRITTURA CREATIVA

*Dott. Luca Pinzi*

La scrittura diventa l’incontro con se stessi e con gli altri. Per Scrittura Quantica l’emergere delle parole costituisce un ponte con il proprio mondo interiore che regala l’opportunità di nutrire la relazione, anzi le relazioni che maggiormente ci accompagnano nella nostra vita: quelle appunto con noi stessi. Scrivere dà vita a piccole grandi aperture che producono quelle opportunità per far uscire ed entrare una nuova luce. Quella che permette un punto di vista differente, una schiarita nelle zone d’ombra, un po’ di calore nelle ore d’inverno. La scrittura diventa quel terreno fertile in cui sbocciano le parole, le nostre parole, che possiamo scegliere di raccogliere per il nostro benessere, per inserirle nella nostra mappa di vita o come patrimonio nell’interazione con gli altri. Terreno dal quale possono far capolino anche le parole di altri che allo stesso modo possono essere coltivate o lasciate semplicemente al proprio destino.

### MINDFULNESS

*Dott.ssa Maddalena Thomas e Dott.ssa Alessandra Mauri*

Mindfulness è lo stato della mente in cui la nostra attenzione è piena, focalizzata sul presente e senza giudizi, un atteggiamento mentale capace di ridurre la sofferenza sia fisica che psicologica. Durante il laboratorio vi saranno dei momenti di presentazione teorica e si sperimenteranno alcune pratiche meditative sul corpo, sul respiro, su pensieri ed emozioni.

### CONVERSAZIONI SULLA CRONICITÀ

*Dott.ssa Dagmar Rinnenburger*

“Cronico sarai tu!": come gestire le malattie che non guariscono. L’aspirazione di ogni malato è “tornare come prima”. Talvolta l’intervento medico è risolutivo, molto spesso no. Bisognerà allora convivere con la malattia e riorganizzare il proprio contesto quotidiano e quello dei propri familiari in modo da far fronte alla nuova situazione, così che la vita non perda il suo sapore. Invece di negare la cronicità (“Cronico sarai tu!”), si può farne un oggetto di conversazione: per scambiare esperienze, per acquisire saggezza confrontandosi con altri.

### SOCIAL DREAMING MATRIX

*Prof. Domenico Agresta*

Sognare significa conoscere. Sognare vuol dire apprendere. Sognare aiuta a percepire il mondo interiore.

Il laboratorio ha lo scopo di sensibilizzare il sognatore a focalizzare l’attenzione sull’immaginario condividendolo con il collettivo ed associativamente trasformarlo in un nuovo modo di accedere al pensiero creativo.

La dimensione onirica e la realtà del gruppo aiuteranno il sognatore a rispecchiarsi e a creare un nuovo possibile campo visivo del proprio contesto emotivo.

### TRAINING AUTOGENO

*Dott.ssa Arianna Bertazzolo*

Il Training Autogeno (TA) è una tecnica psicoterapica ideata dal medico tedesco J. H. Schultz e affonda le sue radici nelle tecniche ipnotiche oggetto di studio dello psichiatra, psicofisiologo e psicopatologo tedesco Oskar Vogt. Esso non è una semplice tecnica di rilassamento ma una vera e propria psicoterapia a breve termine in grado di riequilibrare armoniosamente a livello neurofisiologico il rapporto tra sistema simpatico (deputato alla regolazione dello stress) e sistema parasimpatico (deputato alla regolazione del rilassamento) che ha come effetto finale anche uno stato di rilassamento.

Lo scopo primario del Training autogeno è che ogni individuo sia completamente indipendente dall’esterno e che si crei uno stato di modificazione detta per l’appunto AUTOGENA (che si genera da sé) a cui ognuno di noi può dedicarsi in qualsiasi momento della propria vita e in qualsiasi situazione si trovi.

## IL PROGETTO

“La Profondità del Benessere” è un progetto residenziale dedicato a pazienti oncologici e loro caregiver. Nato nel 2015 dalla collaborazione tra l’allora primario di Oncologia presso Aulss 6 “Euganea”, dott. Fernando Gaion, ora Presidente della Fondazione Altre Parole ONLUS, il dott. Luca Riccardi, psicologo psicoterapeuta della medesima Oncologia e parte del comitato scientifico della Fondazione, grazie anche alla disponibilità dell’Hotel Millepini di Montegrotto Terme, in provincia di Padova.

## MISSION

Permettere a paziente e familiari di riconoscere anche gli aspetti umani e di positività che accompagnano la malattia, di ritrovare uno stato di benessere, “decontaminandosi” dagli aspetti preconetti legati alla malattia ed affrontando emozioni e ricordi in modo costruttivo e, perché no, creativo.

## TEMA DELLA 4° EDIZIONE

Come una rosa dei venti, l’evento si pone l’obiettivo di aiutare le persone ad identificare rotte e intensità degli eventi fornendo diverse esperienze che possano essere utili alla persona per approfondire la conoscenza di se e degli altri, interpretare gli eventi di vita con nuove prospettive e strumenti. Con il proposito che, qualsiasi sia la strada che scegliamo di percorrere, il vento che incontra la nostra traiettoria sia un vento amico, un vento di cambiamento verso il nostro benessere.

## A CHI SI RIVOLGE

La Rosa degli Eventi si rivolge a tutte le persone che vogliono cimentarsi in un’esperienza olistica di due giorni che comprenda la cura della mente e del corpo. Infatti, aprendo l’esperienza della Profondità del Benessere a tutta la popolazione, si ha come effetto la rottura della barriera che la malattia oncologica crea tra chi è affetto dalla malattia e la società. Attraverso l’esperienza 2018 la Fondazione propone un messaggio semplice e potente: non esistono più categorie di malattia e di pazienti, esistono le Persone!

## MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Compilare in ogni sua parte e in modo leggibile la scheda d’iscrizione e inviare via e-mail a:

**profondita.benessere.2018@gmail.com**

oppure via fax al numero **049-2956586**

(NB: per il compagno di stanza, se lasciato in bianco verrà assegnato automaticamente).

Attendere istruzioni per il versamento tramite bonifico della quota d’iscrizione di 50€ direttamente all’hotel Millepini (Il versamento, previa conferma dell’iscrizione, deve seguire attentamente le indicazioni fornite, per non incorrere nel rischio che la quota vada persa).

### Fondazione Altre Parole

La Profondità del Benessere in Oncologia. ONLUS

Piazza Luigi Pierobon, 1 - 35013 Cittadella

T. 049 2956586 - M. 389 6082162

www.fondazionealtreparole.it

CF: 95127820249 IBAN: IT0210200861563000104030737