



Festival
della

Psico Energia

Todi

24-25-26 Luglio 2015

FESTIVAL DELLA PSICOENERGIA

Todi 24-25-26 luglio2015

Nell'ultimo weekend di luglio si svolgerà a Todi il primo Festival della PsicoEnergia. L'evento sarà strutturato alternando momenti di formazione e momenti ludici e di spettacolo, con l'intento di diffondere tra le persone il concetto di Energia umana. Le antiche tradizioni orientali ed occidentali in questo campo troveranno il loro posto in relazione con i recenti studi scientifici nel campo della psicologia, della medicina e delle recenti neuroscienze. I lavori si apriranno il venerdì con delle domande di carattere sociale contemporaneo e si concluderanno la domenica con una sintesi che sarà stimolata nei partecipanti guidati dai moderatori. Tutto è stato pensato e calibrato sull'analisi delle esigenze e dei bisogni attuali di carattere socio-culturale, tenendo in considerazione la necessità sociale di offrire modelli solidi ed equilibrati per le nuove generazioni.

Nell'organizzazione dell'evento saranno coinvolte numerose associazioni socio-culturali e sportive. La nostra associazione sta cercando di creare la più ampia rete possibile al fine di promuovere cooperazione e collaborazione con entusiasmo e vitalità.

Questo primo Festival della PsicoEnergia rappresenta una sorta di progetto pilota che vorrebbe svilupparsi diventando un appuntamento fisso, della durata di più giorni, sia in Umbria che nelle altre regioni, date anche le numerose professionalità coinvolte da diverse regioni e in diversi ambiti: psicologico, pedagogico, sportivo, sociale.

Nella serata di sabato 25 l'offerta sarà arricchita dalla terza edizione della **Notte bianca di Todi**, nella quale si alterneranno concerti, esibizioni, spettacoli e, grande novità di quest'anno, una mostra mercato enogastronomica, con particolare focus allo Street food nazionale. L'evento è organizzato dall'associazione **641 – Contaminazione di Idee**.

L'associazione In.Oltre

In.Oltre è un'associazione di promozione sociale no-profit fondata nel 1997, con sede a Santa Maria degli Angeli. Ha lo scopo di divulgare la conoscenza razionale sullo Sviluppo delle Potenzialità Umane, sulla base di un modello integrato. Ad oggi, oltre ai soci fondatori, Pierluigi Imperatore ed Angelo Contessa, l'associazione può contare su sei collaboratori che hanno allargato il campo di azione delle attività in Toscana, Abruzzo e Lazio oltre che in Umbria.

L'associazione In.Oltre non ha scopo di lucro ed intende operare in ambito culturale e di formazione extra-scolastica della persona, favorendo lo sviluppo razionale delle enormi potenzialità umane, indipendentemente dall'età, dalla classe sociale, dalla provenienza etnico-religiosa o dall'appartenenza ad uno specifico credo religioso. L'associazione promuove il miglioramento delle relazioni sociali e interpersonali quale strumento di crescita individuale e collettiva attraverso la valorizzazione di tutte le capacità di comunicazione e di apprendimento degli individui. Promuove e favorisce molteplici manifestazioni: seminari, conferenze, tavole rotonde, laboratori permanenti di formazione extra-scolastica della persona, pubblicazioni, attività di laboratorio ed ogni altra attività necessaria per il raggiungimento dello scopo associativo.

Programma del Festival

Venerdì 24 luglio

Ore 10:00 Accoglienza - Sala Delle Pietre

In questo tempo i partecipanti saranno accolti, verranno spiegati i tempi, i modi e i luoghi in cui avverrà il Festival. Inoltre verranno fornite alcune indicazioni riguardanti la città di Todi ed alcuni punti nevralgici dove potersi rilassare o passeggiare un pranzo.

Ore 11:00 Inizio Lavori

All'inizio dei lavori verrà spiegato brevemente in cosa consiste il concetto di Energia, in che modo esso si sia diffuso e venga utilizzato nel 2015 e in che modo intendiamo utilizzarlo all'interno del Festival, secondo i recenti studi neuroscientifici.

Workshop teorico-esperienziali

Nei seguenti workshop il partecipante riceverà una breve spiegazione di come viene inteso il concetto di energia in relazione alla specifica pratica, per quest'anno sarà possibile fare esperienza di due pratiche orientali al mattino e due pratiche occidentali al primo pomeriggio. Ogni workshop sarà tenuto da un istruttore/istruttrice esperta nella pratica che proporrà.

11:30 Mindfulness

Dott.ssa Marina Venceslai - Counselor della Psicologia degli Stati di Coscienza - "Immobile, respiro godendo di me, nell'istante presente."

12:30 Qi Gong

SiFu Simone Sebastiani - Tao Ying - Gli Esercizi della Salute - "Rilassamento, Movimento, Respirazione"

15:00 Pilates/Feldenkrais

Diplomata ISEF Claudia Perni - "Combinando la Tecnica Pilates alla Bioenergetica, si raggiunge un Benessere Psicofisico in Armonia con se stessi"

16:00 Ki No Renma

Francesco Prosperi - AIKIKAI D'ITALIA - KI NO RENMA - "KI NO RENMA" tradotto letteralmente significa: "forgiare la propria energia vitale"

Conferenza – Sala del Consiglio

17:30 - 19:30 L'Energia tra oriente ed occidente

- L'Energia nel mondo orientale - SiFu Simone Sebastiani, Maestro Arti Marziali;
- L'Energia nel mondo occidentale - Dottor Pierluigi Imperatore, Psicologo-Psicoterapeuta;
- Mente-Corpo-Spirito nello Sport - Carlo Moscatelli, Presidente Fidal Umbria;

Moderatore: Dottor Federico Venceslai, Psicologo

Sabato 25 luglio

Energy Day - Piscina Comunale-Acquapark di Todi

In questa giornata si potrà contattare una vasta gamma di sensazioni, emozioni ed energie sia interiore che nel gruppo. Vengono adibiti spazi appositi per poter effettuare le varie attività proposte ed osservare gli spettacoli di arti marziali.

09:00 Pronti Via: per poter partecipare agli spettacoli è necessario l'accesso alla piscina e pertanto è obbligatorio il pagamento del biglietto d'ingresso pari a **7,50 €** che consentirà l'utilizzo dell'intera struttura

10:00 Risveglio Energetico

I membri dell'Associazione *In.Oltre* condurranno una serie di esercizi motori volti ad attivare la nostra energia psico-corporea;

11:00 Esibizione Aikido – MIZU DOJO PERUGIA & WASHI DOJO TODI

Maestro Stefania Feraboli – Mizu Dojo Perugia- lezione aperta;

Maestro Francesco Prosperi - Washi Dojo Todi - lezione aperta.

12:00 Family Energy – area famiglia

Grazie alla collaborazione di *psicologi, pedagogisti ed istruttori* all'interno dell'area famiglia sarà possibile, per chi lo desidera, sperimentare una serie di semplici esercizi, riproducibili anche a casa, per stimolare l'energia emotiva e creativa all'interno del proprio nucleo familiare

12:00 Giovani Energy – area giovani

Grazie alla collaborazione di *psicologi, pedagogisti ed istruttori* all'interno dell'area giovani saranno proposti una serie di giochi ed esercizi per mobilitare entusiasmo ed energia creativa

14:00 Esibizione Karate - HAGAKURE PERUGIA

Maestro Rossano Rubicondi – Hagakure Perugia – Lezione aperta

15:00 Olà Energetica

Un breve momento di entusiasmo che coinvolge tutti i partecipanti in un'unica attività di gruppo

16:30 Esibizione Wing Chun Kung Fu - SAN BAO ITALIA

SiFu Simone Sebastiani- San Bao Scuola Discipline Orientali- Esibizioni e Lezioni Guidate di Wing Chun Kung Fu ed Antiaggressione - Pratica aperta a tutti

18:00 Energia sessuale ed Energia Interiore

Grazie alla collaborazione di *psicologi, pedagogisti ed istruttori* sarà possibile attraverso pratiche di respirazione fare delle brevi esperienze di contatto sia della propria energia sessuale e successivamente della propria energia interiore.

Consigli: portare con sé un costume, una cuffia da piscina, un telo da mare e delle ciabatte per avere accesso alla piscina; portare con sé un cappello o parasole per poter godere degli spettacoli di arti marziali; portare un telo per potersi distendere per poter svolgere gli esercizi di energia interiore.

Dalle 19:00 Notte Bianca di Todi

Domenica 26 luglio

Workshop teorico-esperienziale

Sala delle Pietre

11:00 - 13:00

Dinamiche Interiori: Attaccamento e desiderio nella vita quotidiana

In questo workshop verranno trattati i concetti orientali di attaccamento e desiderio attraverso semplici e brevi esercizi che consentano al partecipante di fare una breve esperienza di come questi concetti si esprimano dentro di sé nella quotidianità.

Workshop partecipativo

Sala del Consiglio

16:00 - 18:30

Sintesi: L'Energia umana nella vita quotidiana, relazionale, professionale e sportiva

In questo workshop i protagonisti saranno i partecipanti i quali potranno raggiungere una sintesi dell'esperienza effettuata nei giorni del festival applicandola al campo loro desiderato. Infatti i partecipanti potranno dividersi in gruppi a seconda del tema che desiderano affrontare:

- gruppo energia umana nella vita quotidiana;
- gruppo energia umana nella vita relazionale;
- gruppo energia umana nella vita professionale;
- gruppo energia umana nella vita sportiva.

Ogni gruppo potrà se vorrà potrà esporre la propria sintesi attraverso un esponente. Ogni gruppo avrà a disposizione un moderatore.

Fine Lavori

18:30 Saluti e ringraziamenti

Per ulteriori Informazioni e per Prenotazioni scrivere a:

- **festival.psicoenergia@gmail.com**

o contattare:

- **Marina +39 3332293929;**
- **Federico +39 3338486690;**
- **Chiara +39 3495706599;**
- **Veronica +39 3402744631**



Con il patrocinio di:



Città di Todi

Evento promosso e realizzato da:



Con il sostegno di:



Con il contributo di:

