Informazioni

Modalità iscrizione

Per iscriversi occorre contattare la docente entro il **30 settembre** tramite e-mail a:
licdonna@ausl.re.it
La partecipazione al laboratorio, max 12 partecipanti, è subordinata all'effettuazione di un *colloquio di selezione*, a cura dei docenti.

Altri contatti
Nicol Campari
tel. 3405557743
e-mail nicolcampari@gmail.com

Calendario

10 ottobre 2018, ore 16.30/18
17 ottobre 2018, ore 16.30/18
24 ottobre 2018, ore 16.30/18
31 ottobre 2018, ore 16.30/18
7 novembre 2018, ore 16.30/18

Sede incontri

Luoghi di Prevenzione
Padiglione Villa Rossi, Area San Lazzaro
accesso da Via Doberdò - 42123 Reggio Emilia

LIC DONNA

http://www.asmn.re.it/LICDonna
E-mail: LICDonna@ausl.re.it
http://www.facebook.com/AuslRE

Docente

Nicol Campari

Nicol Campari è educatrice d'infanzia, specializzata in DanzaMoviementoTerapia tra Oriente ed Occidente di Elena Cerruto alla scuola triennale Sarabanda di Milano.
La sua personale esperienza con la malattia, l'ha portata verso la Dmt per sè stessa, e successivamente verso la formazione, per poter offrire alle persone in difficoltà uno strumento che a lei ha cambiato la vita. Da anni lavora presso ospedali tra Reggio Emilia e Parma, in ambito Oncologico portando danza, movimento, musica, ascolto, sorrisi, risate e condivisione.
Danzatrice di balli popolari, insegnante di Pizzica Pizzica, e Bal Folk francese.
Porta il suo contributo in varie strutture educative d'infanzia, in scuole con adolescenti, in centri per le famiglie.
Appassionata di meditazione Zazen e Kihnin che pratica quotidianamente. Ha un'esperienza quadriennale di Guo Lin Qi Gong, tecnica di "marce della salute" indirizzata soprattutto a pazienti oncologiche. Interessata alla medicina Tradizionale Cinese, base dei suoi studi, è sempre alla ricerca di nuovi strumenti che possano nutrire il benessere della persona.

SERVIZIO SANITARIO REGIONALE
EMILIA-ROMAGNA
Azienda Unità Sanitaria Locale di Reggio Emilia
IRCCS Istituto in tecnologie avanzate e modelli assistenziali in oncologia
Presidio Ospedaliero Provinciale Santa Maria Nuova
Arcispedale S. Maria Nuova di Reggio Emilia

LILT
LEGA ITALIANA PER LA LOTTA CONTRO I TUMORI
prevenire è vivere
SEZIONE PROVINCIALE DI REGGIO EMILIA

LIBERA-MENTE DANZA

Danza Terapeutica e malattia oncologica. Come trasformare le emozioni e tornare a sorridere

Laboratorio esperienziale nell'ambito del Progetto Lic Donna
2018

Progetto promosso dalla
Direzione Scientifica dell'Azienda USL-IRCCS

Perchè questo laboratorio

La DMT (DanzaMovimentoTerapia), come afferma l'APID (Associazione Professionale Italiana Danzamovimentoterapia), si colloca nel settore della relazione di aiuto, e promuove l'integrazione fisica, emotiva, cognitiva e relazionale della persona, la sua maturità affettiva e psico-sociale, lo sviluppo del suo potenziale creativo.

La malattia oncologica spaventa e può portare ad un blocco emotivo e psicologico della persona anche a distanza di tempo.

Importanti lavori di ricerca evidenziano oggi che la pratica della DMT, riduce in modo sostanziale i sintomi di sofferenza psichica, la paura, la depressione, l'angoscia, migliora le relazioni con i famigliari, riequilibra il sistema immunitario ed apre la porta al prendersi cura di sé e del proprio spazio.

Ciò che spesso viene riferito dalle partecipanti è l'incredibile sensazione di sentirsi a casa già dopo il primo incontro, di come i pensieri volino via con la musica che lascia spazio alla leggerezza e a sorrisi sostenuti da un gruppo ed un Setting non giudicante, decondizionante e protetto.

Il rispecchiamento, l'incontro, il contatto, l'ascolto, la scoperta e la condivisione che prendono vita all'interno di esso possono portare la persona alla scoperta della propria autenticità, all'accettazione di sé e dell'altro in una continua trasformazione positiva.

La persona, potrà ritrovare un contatto con nuovi punti di vista, sperimentandosi nella creatività e stimolando il corpo ad una ripresa dei movimenti quotidiani limitati da interventi e terapie.

La danza è libertà di espressione e di consapevolezza personale, è gioia, è vita.

È significativo in questo contesto, essere presenti anche danzando con una sola mano, un dito, uno sguardo: non esiste una tecnica, esistiamo noi in ascolto del nostro essere, movimenti impercettibili, movimenti intensi, ampi, leggeri... tutto è possibile nell'ascolto del nostro limite!

La Dmt è una possibilità, è respirare energia accogliente e d'amore che si crea in modo spontaneo e naturale.

"E' quando siamo immobili che la vita non vive" Anna Halprin

Obiettivi

- Favorire la riattivazione della dimensione energetica e ri-creativa del corpo-cuore.
- Facilitare lo scioglimento di blocchi e tensioni corporee date da emozioni, terapie ed interventi chirurgici.
- Valorizzare l'accoglienza dei propri limiti sperimentandone le possibilità creative.
- Favorire il riappropriarsi del piacere psicofisico, nutrimento necessario al benessere personale.
- Valorizzare le percezioni corporee per avvicinare alla consapevolezza dei vissuti personali.
- Facilitare il rispecchiamento con l'altro nella condivisione verbale e nella relazione empatica per diminuire il senso di solitudine.

Attività

Gli incontri saranno strutturati in vari momenti di danza individuale, in coppia e in gruppo, alternati a momenti di condivisione verbale. Fondamentali saranno musiche, colori e materiali, importanti strumenti per sperimentare nuovi movimenti ed entrare in contatto con noi stesse, con l'altro e con il gruppo in un viaggio verso la creatività, l'accoglienza, il non giudizio e la libertà. Cosigliato un abbigliamento comodo e calzettoni.

Destinatari

Pazienti oncologiche, ex pazienti in percorso di follow up, parenti e amiche delle pazienti.