



Root in what you are.

Change the world with what you do!



Affonda le radici in ciò che sei, cambia il mondo con ciò che fai!

Arte e Scienza dell'Ecotuning

*Un'introduzione
all'Ecopsicologia Applicata*

11-16 agosto 2018 - Corni di Canzo (Como), Italia

Pratiche di esplorazione di noi stessi e del mondo per ricollegarci alle nostre radici più profonde e dirigerci verso le vette più alte. L'Ecopsicologia promuove l'autorealizzazione al servizio della vita, per scoprire e usare il nostro potere personale, individuale e collettivo.

Il contatto con la natura ci aiuta a trovare la connessione spesso dimenticata con le parti più profonde del nostro essere. Il contatto col nostro nucleo più autentico, con la nostra anima, ci permette di recuperare un senso di collaborazione, spesso dimenticato, con tutta la Creazione.

Un seminario di 5 giorni con pratiche giocose e gioiose di riconnessione con se stessi, con gli altri e con la natura. Una introduzione pratica all'Ecopsicologia con il patrocinio della *International Ecopsychology Society – IES* e con la collaborazione tra la Scuola italiana e quella greca di Ecopsicologia.



Hellenic Ecopsychology Society
Mental and Integrative Health





"Primalpe", un antico casale in pietra, nel cuore delle Prealpi lombarde, nel nord Italia - incastonato nei boschi come una gemma in un gioiello - sarà la sede del seminario internazionale organizzato in collaborazione tra Ecopsiché, la Scuola italiana di Ecopsicologia e la Società Ellenica di Ecopsicologia greca.

Il seminario offrirà gli elementi teorici di introduzione all'Ecopsicologia e alcune pratiche di base di Ecotuning, l'arte dell'ecopsicologia applicata. Sarà tenuto in inglese e in italiano.

Le pratiche di Ecotuning sono adatte per essere applicate in diversi campi, integrando le conoscenze e le abilità della professionalità di base di coloro che le propongono.



Lavoreremo nei boschi, con alberi, prati e cielo, in compagnia di animali notturni e avvolti nel profumo della terra. Ci godremo il cielo stellato, scopriremo il fascino delle passeggiate notturne, vivremo insieme e sperimentando come le leggi delle relazioni ecologiche promuovono condivisione e collaborazione.

Il seminario è riconosciuto dalla *International Ecopsychology Society* - IES e, quindi, da tutte le scuole IES che fanno parte dell'associazione internazionale. È valido, per due anni, come modulo di formazione IES. L'intero percorso formativo - che consente di acquisire il titolo di Ecotuner e di registrarsi nel "Registro Internazionale degli Ecotuner" (Iroe) - può essere completato in Italia, Spagna, Grecia, Uruguay, Argentina, Brasile, Cile e Perù.

Che cosa è l'Ecopsicologia



L'Ecopsicologia è una psicologia che promuove la crescita personale al fine di aprire un percorso verso una maggiore consapevolezza e consentire agli esseri umani di diventare persone autorealizzate e quindi cittadini liberi, creativi e responsabili del Pianeta Terra.

Alla base della ricerca c'è il concetto di interazione tra mondo interno e mondo esterno, il parallelismo tra visione del mondo concepita e tipo di realtà creata, tra i lati della personalità umana trascurati e gli aspetti ambientali penalizzati, tra ciò che facciamo a noi stessi e ciò che facciamo agli altri e al mondo.

Ritrovare l'attenzione, il rispetto e l'amore per la Natura significa, prima di tutto, dare significato, integrità e direzione alle nostre vite. L'Ecopsicologia si consolida attraverso un percorso multidisciplinare che include psicologia, ecologia, epistemologia, filosofia, geografia e antropologia. Le sue pratiche e gli strumenti di lavoro includono esercitazioni di crescita personale, meditazione, attività artistiche, trekking e antiche pratiche sciamaniche rivisitate.

L'Ecopsicologia diventa una "psicologia del noi", stimola verso una visione globale a diversi livelli ed elabora strategie di interazione che portano al dialogo e alla collaborazione. Ha molteplici applicazioni: arricchimento dell'attività attiva in un campo psicologico - psicoterapia o counseling - con nuovi spunti di riflessione, nuove impostazioni, nuove metodologie; elaborazione di nuove strategie di consapevolezza ambientale nelle scuole, nei parchi; formazione in campo organizzativo; comunicazione nell'attivismo ambientale, nell'animazione in progetti comunitari o ricreativi.

La forza dell'Ecopsicologia non è solo in ambito pratico, ma anche filosofico. Suggerisce una visione del mondo che oltrepassa i limiti di quella antropocentrica e si basa su una visione sistemica della realtà.

Scienza ancora giovane, l'Ecopsicologia sorge dalla necessità emergente di natura, bellezza e ampi spazi, e offre un contributo concreto alla crescita dell'individuo in questa nostra contingente situazione storica in cui è necessario riconnetterci con la natura, la vita e l'universo.



PROGRAMMA

• **Introduzione all'Ecopsicologia**

Un percorso multidisciplinare che promuove una visione ecocentrica del mondo e una visione più ampia del sé. Riconoscere di far parte dell'ecosistema dà un nuovo significato, integrità e direzione alle nostre vite.

• **Lavorare come gli ecosistemi**

Organizzazione della vita comunitaria, in modo che ognuno possa trovare il proprio modo di contribuire ai bisogni della Casa, del gruppo, dell'attività. Decideremo e condivideremo compiti e funzioni.

• **Risvegliare l'intelligenza dei nostri sensi naturali**

Il nostro stile di vita occidentale, concentrato in ambienti artificiali, confina e altera la nostra percezione sensoriale e ci porta a percepire noi stessi e il mondo che ci circonda in un modo limitato e distorto. Possiamo risvegliare i nostri sensi e aprirci a una dimensione percettiva più ampia.

• **Natura dentro, Natura fuori**

La metafora della Natura come mezzo per migliorare le relazioni: esiste un'interdipendenza tra il modo in cui ci relazioniamo con la Natura, con gli altri e con noi stessi. Crescita personale attraverso l'attenzione, il rispetto e l'amore per la Natura.

• **Dialogo con la Natura**

Alla scoperta del mondo come essere vivente. Connessione con il Genius Loci, "spirito del luogo" nell'antica cultura romana, come un modo per sentirsi più sicuri e rispettosi nella natura. Meditazione camminata.

• **Esplorando il "Pianeta Io"**

Una mappa per entrare in contatto con le profondità e le vette di noi stessi, per conoscere e dialogare con le diverse sfaccettature della personalità riconoscendo e rafforzando il Centro di coordinamento.

• **Cinque sensi e oltre**

Un allenamento dei cinque canali percettivi che ci mettono in contatto col mondo – vista, udito, tatto, olfatto e gusto – per oltrepassare i limiti del consueto, oltre le apparenze della realtà ordinaria.

• **Alla scoperta del nostro Sé naturale**

Le pratiche di Ecotuning facilitano il risveglio della percezione e della consapevolezza della nostra appartenenza a questo ecosistema terrestre e stimolano la creatività nel celebrare questa riconnessione.

E, ancora:

- **Benvenuto al giorno, opzionale, per... allodole (meditazione, tai chi, yoga, camminata silenziosa)**
- **Amore in azione: cura e co-creazione negli spazi comuni**
- **Giochi rilassanti, giochi divertenti**
- **Video ispiranti, scambi e condivisioni**
- **Camminata notturna**



CONDUZIONE

Tre membri della International Ecopsychology Society condurranno il seminario:



Marcella Danon

Psicologa italiana. Promuove l'Ecopsicologia in Italia dal 1996. Ha completato la sua formazione universitaria con seminari e formazione in California, Olanda e Spagna, con Fritjof Capra, Joanna Macy, Molly Young Brown e Anna Halprin. Attiva nella formazione al counseling in Italia dal 1990, ha studiato con uno studente diretto di Roberto Assagioli e lavora in formazione per la crescita personale nel mondo professionale e imprenditoriale. Ha fondato nel 2004 e conduce a Osnago (Lc), Ecopsiché-Scuola Italiana di Ecopsicologia. È membro del consiglio direttivo della *International Ecopsychology Society* - IES.



Kleio G. Apostolaki

Psicologa e psicoterapeuta greca. Ha studiato psicologia e psicologia clinica presso l'Università del Kent a Canterbury. Ha continuato i suoi studi post-laurea presso l'Università di Londra, King's College, dove ha preso un Master in salute mentale con enfasi sulla psicoterapia dinamica. Si è perfezionata ulteriormente in Ecopsicologia presso l'Università di Strathclyde, Glasgow, nel 2002.

Da allora ha lavorato come psicologa-psicoterapeuta in uno studio privato in Grecia, con focus su Ecopsicologia e delfinoterapia. È la presidente della *International Ecopsychology Society* - IES e rappresentante della *Hellenic Ecopsychology Society*.



Bruno Gentili

Fisico cibernetico, matematico per passione, analista programmatore e insegnante di yoga. Conduce seminari di ampliamento degli orizzonti sensoriali, con un lavoro pratico sulla percezione e la movimentazione dell'energia, e degli orizzonti cognitivi, con una panoramica sulla "Teoria della Complessità" e sui punti di vista più inconsueti nella scienza contemporanea.

Conduce anche corsi di aggiornamento professionale sull'utilizzo di programmi e tecnologie informatiche. Tiene i corsi "Comprendere la complessità", "Spirali, labirinti e geometria sacra", "L'arte della lettura de l'I Ching e del paesaggio", "Giardini terapeutici" all'interno di Ecopsiché, Scuola di Ecopsicologia.



La casa sarà autogestita, mettendo in pratica la teoria dell'Ecopsicologia e il concetto di ecosistemi sociale, e ci saranno momenti di vita comune: preparazione del cibo, cura della sala da pranzo, pulizia della cucina e degli spazi.

La posizione è bellissima ed è spartana. La sistemazione è in un dormitorio con bagni in comune. Il cibo è vegetariano e, su richiesta, vegano, con prodotti biologici locali ... o quasi; la cucina sarà coordinata da Vanesa Tesone, ecotuner, insegnante di yoga e appassionata chef naturale.

Il seminario si terrà in inglese, con traduzione in italiano degli interventi in planaria: è gradita una conoscenza, anche se elementare, della lingua inglese.



Summer School 2018

11-16 August 2018 - Primalpe, Canzo (Co) - ITALY

Art and Science of EcoTuning *A practical introduction to EcoPsychology*



International Ecopsychology Society



Hellenic Ecopsychology Society



IES School - Italy

INVESTIMENTO

- € 670 iva inclusa (550 + iva)

La quota comprende il corso di formazione e il vitto / alloggio, da sabato 11 agosto a giovedì 16 agosto. Il seminario termina il 16 agosto dopo pranzo.

LOGISTICA

Portare abbigliamento comodo, caldo per le serate estive in montagna - siamo alti 700 metri - scarponcini da trekking, biancheria da letto o sacco a pelo. Su richiesta, se viaggi in aereo, possiamo acquistare le lenzuola per te. Primalpe può essere raggiunta a piedi, in mezz'ora di sentiero leggermente in salita, nei boschi.

L'appuntamento è alle 10 a Fonte Gajum a Canzo, all'inizio del percorso a piedi. I bagagli saranno trasportati con un 4x4 direttamente alla casa.

L'appuntamento è per l'11 agosto alle 9.30 alla stazione di Canzo: il treno parte da Milano alle 8.08 dalla stazione di Cadorna. Per chi arriva in auto, lasciala al parcheggio vicino alla stazione ferroviaria. Previo accordo, ti verremo a prendere alla stazione e ti porteremo al punto di partenza. Per chi arriva il giorno prima, c'è la possibilità di soggiornare a Cascina La Fura, a Ello Lc (notte + colazione € 25, pranzo € 15, cena € 15).

TUTORING VIAGGIO:

Costanza Vismara costyfura@libero.it – **Elena Felicita Colombo**: elena@ecocentering.it.

ISCRIZIONI:

www.ecopsicologia.it/form/

