

# 25 - 26 MAGGIO 2019

## Workshop per donne

Albareto (Parma)

Conduce

**VIVIANA USAI**

Psicologa Psicoterapeuta



## CONTENUTI

Due giorni in natura per riportare l'attenzione all'interno, lasciare andare vecchi modelli mentali e creare uno spazio di bellezza.

Questo workshop è rivolto a tutte le donne che desiderano accrescere il valore che danno a sè, libere dai giudizi e dalle aspettative altrui. Per chi sente che è arrivato il tempo di 'ESSERE' e non solo 'fare', in allineamento con la propria natura femminile.

In questi giorni percorreremo un viaggio introspettivo e trasformativo per comprendere dove ci si è separate da sè stesse, sbloccare il potenziale, riprendere possesso di sè e delle proprie parti rimosse e ritornare verso la propria essenza, libere dall'influenza altrui ma capaci di unirsi all'altro con il cuore.

## PROGRAMMA

*Inizio previsto per sabato ore 10.30 fino a domenica ore 17.00*

### SABATO

*Mattina*

Insegnamenti e momenti esperienziali sul **viaggio di ritorno verso la natura femminile** per una comprensione più profonda delle proprie capacità, dei valori e dei fini.

*Pomeriggio*

Insegnamenti ed esperienze su **Valore personale ed Autostima: le radici dell'amore di se'**. I pilastri dell'Autostima. Imparare a riconoscere la propria unicità e a valorizzarsi nella giusta maniera.

**Gestire il critico interiore: da voci distruttive a voci potenzianti.**

*Sera*

Incontro esperienziale cerimoniale sul fuoco sacro interiore: focalizzare e far germogliare il cambiamento desiderato per realizzarsi con amore

### DOMENICA

*Mattina*

Insegnamenti ed esperienze per **l'equilibrio e l'indipendenza emozionale**: la consapevolezza emotiva per la donna, la gestione dell'emotività.

*Pomeriggio*

Le scelte di valore per il rafforzamento personale e la realizzazione: **i principi essenziali per accrescere il potere personale e unire il sapere all'agire.**



## VIVIANA USAI

Psicologa e Psicoterapeuta.

Counselor ad indirizzo psico-corporeo e insegnante di pratica Bioenergetica.

Formatrice per operatori nelle relazioni d'aiuto nei corsi professionali in Counseling Simbolico-Metaforico, Naturopatia, Gestione e Mediazione dei conflitti. Ideatrice di progetti per le donne al fine di promuoverne lo sviluppo attraverso la riscoperta e valorizzazione di tutte le dimensioni del femminile.

Il suo approccio integrato unisce la dimensione psicologica, emozionale, somatica dell'individuo, insieme agli insegnamenti provenienti dalle tradizioni sciamaniche.

Il workshop si svolge presso

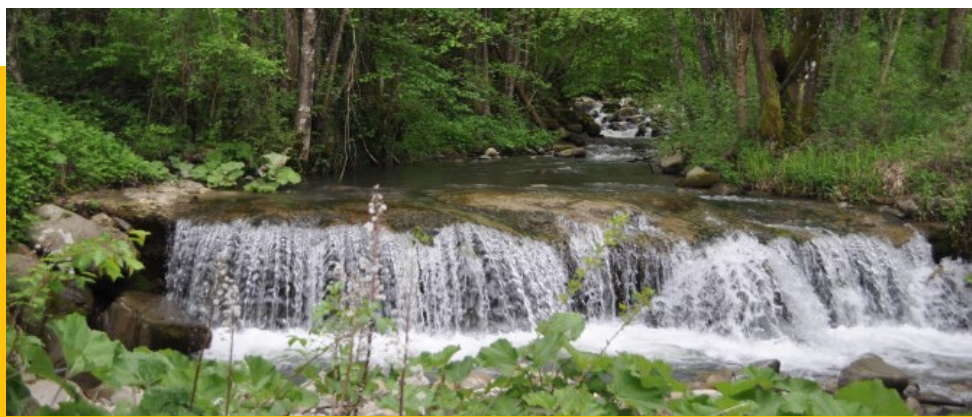
## IL CASOLARE BIOENERGETICO

Via Albareto 402,  
43051 LE MOIE, Albareto (Parma)

UN LUOGO CIRCONDATO  
DA PRATI, BOSCHI E  
RUSCELLI, ALL'INTERNO  
SALE ACCOGLIENTI IN  
LEGNO E CUCINA  
BIOLOGICA A KM 0

## LUOGO

## INFORMAZIONI E ISCRIZIONI



### Come arrivare

**AUTO** :Autostrada A15 Parma La Spezia - uscita Borgo Val di Taro, proseguire percorrendo "la fondo valle" seguendo le indicazioni per Albareto, al cartello "Le Moie" parcheggia sei arrivato.

**TRENO** : Linea ferroviaria Parma-La Spezia con fermata alla stazione FS di Borgo Val di Taro e proseguire in autobus di linea per Albareto con fermata "Le Moie".

*Per ricevere maggiori informazioni sui o per prenotazioni scrivere una e-mail a:*

**info@vivianausai.it**

*o contattare il numero:*

**345 7058330**

**WWW.VIVIANAUSAI.IT**

