



Associazione Culturale L.C.Y. LABORATORIO CULTURA YOGA
Via Lodivecchio, 7d 26900 Lodi (LO) Italia Tel. 0371 -770737
info@laboratorioculturayoga.it - www.laboratorioculturayoga.it C.F. 92555180154
"Attività professionale disciplinata ai sensi della L.14/01/2013 n.4 (G.U. n.22 del 26/01/2013)"

L.C.Y. Laboratorio Cultura Yoga presenta:

Milano, 30/11/2014

Yoga applicato in oncologia

Seminario introduttivo teorico pratico

Strumenti e metodi proposti dallo Yoga in abbinamento alle cure mediche per affrontare la patologia oncologica a partire dalla riscoperta delle proprie risorse interiori fisiche e mentali.

Con il contributo dello Yoga è possibile affrontare questa difficile esperienza della vita, per ritrovare fiducia e speranza in una nuova intima amicizia con se stessi e la realtà.

Attività patrocinata dal Comune di Lodi



Docenti

Silvia Santagostino, Insegnante Yoga

Pratica Hatha Yoga dal 1997. Diplomata presso l'ISFIY di Milano della F.I.Y. è membro della YANI. Segue gli insegnamenti di meditazione del prof. Mauro Bergonzi, di cui ha frequentato il corso di post-formazione "Mente e coscienza".

Nel 2003 le viene diagnosticato un linfoma di Hodgkin, da cui guarisce, ma questa esperienza la cambia profondamente, modificando anche il suo approccio allo Yoga, che diviene un insostituibile sostegno durante e dopo la malattia.

Indirizza quindi la propria ricerca all'applicazione dello Yoga tra le terapie complementari di supporto nella riabilitazione psicofisica dei pazienti oncologici, in modo da poter mettere a disposizione di altre persone il proprio vissuto.

Dal 2009 al 2012 conduce corsi per pazienti oncologici presso il "Centro Prevenzione Tumori e Sostegno Psiconcologico" della Lega Italiana Lotta ai Tumori di Novara.

Autrice di "Yoga e Cancro. Il racconto di un'esperienza", Erga edizioni.

Vito Accettura, Insegnante Yoga

Referente area Yoga e attività formative dell'associazione Laboratorio Cultura Yoga di Lodi.

Insegnante Yoga dal 1996, associato alla Yani (Yoga Associazione Nazionale Insegnanti -Milano).

Prima formazione quadriennale S.F.I.D.Y. (Milano) con diploma riconosciuto da F.N.E.Y. Fédération Nationale des Enseignants de Yoga (Parigi), allievo di Boris Tatzky e Patrick Tomatis.

Successiva formazione quinquennale con attestato di partecipazione della Associazione Italiana di Raja Yoga (Milano), con insegnamento conforme al programma U.E.Y. Unione Europea di Yoga, allievo di Renata Angelini e Moiz Palaci.

Mantiene con costanza i suoi studi di ricerca, aggiornamento ed approfondimento.

La sua proposta pedagogica si focalizza sulle tecniche di consapevolezza corporea, armonizzazione delle dinamiche respiratorie e rilassamento con orientamento alla esperienza meditativa.

Segue il percorso formale della Meditazione di Consapevolezza secondo la tradizione Vipassana divenendo curatore dei seminari di formazione teorico esperienziale denominati "L'arte della consapevolezza".

Sviluppa un programma specifico di Yoga dedicato a pazienti oncologici collaborando con l'associazione Incontro, operante nella struttura ospedaliera di Casalpusterlengo (Lodi).

Premessa

Questo seminario rappresenta un'introduzione specifica al sostegno che lo Yoga, con il suo millenario bagaglio di esperienze, può apportare in oncologia.

Tale approccio vuole fornire ai partecipanti riflessioni e strumenti, che potranno essere integrati in modo complementare con le esperienze già acquisite personalmente nei diversi campi di studio e applicazione.

In base alla richiesta dei partecipanti, saranno eventualmente proposti stage di approfondimento a complemento di questo primo modulo.

Destinatari

Il seminario è destinato ad insegnanti Yoga, terapeuti, personale medico e paramedico che seguono o desiderano sostenere il malato oncologico e che nutrono una sensibilità e un interesse particolare per questo tema.

Obiettivi

- Offrire una solida preparazione teorica per comprendere le problematiche fisiche e psicologiche causate dalla malattia oncologica e dalle conseguenti terapie, al fine di sviluppare un'adeguata metodologia didattica in questo specifico ambito.
- Evidenziare quali siano gli elementi chiave con cui strutturare lezioni appropriate ed efficaci.
- Mostrare pratiche semplici con cui le persone possano affrontare, con minor disagio, momenti molto difficili quali terapie, esami diagnostici e di controllo.
- Illustrare un cambio di prospettiva affinché gli allievi possano riappacificarsi con il corpo che li "ha traditi", ritrovando se stessi attraverso la reintegrazione del sistema mente - corpo.
- Indicare quali pratiche yoga sia opportuno escludere o modificare, con allievi oncologici, perché controindicate a livello corporeo o mentale.

Metodologia

Il seminario propone delle fasi di teoria alternate a pratiche semplici, idonee a questo contesto di ricerca, nelle quali i docenti riporteranno le loro differenti e personali esperienze.

Non si intende fornire un "pacchetto" preconfezionato di "modalità", quanto piuttosto formulare strategie per dedicarsi al sostegno delle persone, mettendo in campo la propria sensibilità e le conoscenze.

Non si tratta neppure di assistere dei pazienti, creando quindi una "diversità" data dalla definizione stessa, ma di mettersi a disposizione di persone che hanno necessità di ritrovare e ricostruire una relazione con il corpo, la mente, la vita; relazione che la malattia sembra avere tragicamente spezzato.

Durante il seminario l'interazione tra docenti e partecipanti, unitamente all'esperienza non solo accademica ma "sul campo", permetterà ad ognuno di mettersi in gioco per sviluppare e condividere un'idea precisa: essere vicini alle necessità della persona affinché possa progettare e ricostruire un nuovo punto di vista su di sé e sulla realtà.

Ritornare a percepirsi nella propria irripetibile unicità, ridona coraggio, dignità e infonde speranza.

Data e luogo del seminario

Il seminario si svolge domenica 30 novembre 2014 presso la sala della Associazione culturale ARTE' Via Meda, 25 Milano.

L'orario dell'incontro: 10,00/13,00 - 14,30/17,30. Si prega di portare il proprio tappetino per la pratica.

Contatti e iscrizioni

L.C.Y. Laboratorio Cultura Yoga, sede sociale Via Lodivecchio 7/d – 26900 Lodi

www.laboratorioculturayoga.it



info@laboratorioculturayoga.it Tel. 0371 770737

silviasantagostino@libero.it Tel. 333 6360571

Modulo iscrizione

Il/la Sottoscritto/a

Residente a

telefono/mail

professione

Desidera partecipare al seminario "Yoga applicato in oncologia" organizzato a Milano il 30/11/2014 da L.C.Y. Laboratorio Cultura Yoga c/o la sala della Associazione Arte' in via Meda 25.

Firma
