



Seminario residenziale La vitalità in movimento *“La propria casa-corpo tra spazi e giardini”*

Casale Le Pietre 20-22 giugno 2025

PIACERI

Il primo sguardo dalla finestra il mattino
il vecchio libro ritrovato
volti entusiasti
neve, il mutare delle stagioni il giornale
il cane
la dialettica
fare la doccia, nuotare
musica antica
scarpe comode
capire
musica moderna
scrivere, piantare viaggiare
cantare
essere gentili.

Bertolt Brecht

Un fine settimana di lavoro corporeo per aprire le porte del nostro sentire e assaporare i diversi momenti e spazi disponibili.

Il nostro corpo ci offre sempre infinite possibilità di ricevere, esprimere, giocare, trasformare.

Nel seminario ci prendiamo il tempo per ascoltarlo, lasciando fluire nel movimento sensazioni, immagini, ricordi, fantasie.

Dedichiamo uno spazio di cura a ciò che ci alimenta e ci fa star bene, prepariamo insieme gli ambienti, il cibo, la tavola.

Ci immergiamo nel giardino del casale per lasciar entrare la bellezza e l'energia delle piante e dei fiori, i suoni, gli odori, la luce e il ritmo dolce della giornata che si va facendo.

Nelle tre giornate si alterneranno questi diversi momenti che vogliamo condividere con voi per accompagnarci in una esperienza di contatto, scambio, creazione, vi aspettiamo con gioia!



Il seminario è condotto da Caterina Ferrara, psicologa e psicoterapeuta, socia fondatrice dell'associazione Grecam. Da sempre appassionata alla ricerca espressiva come via di evoluzione personale, conduce laboratori di lavoro corporeo, in ambito terapeutico e formativo.

Saremo accolti nel Casale Le Pietre dove da anni esercitiamo la nostra creatività. Un casale antico che noi del Grecam abbiamo recuperato, trasformando il frantoio in una palestra e creando un giardino rigoglioso che curiamo e ci cura.

Le prenotazioni per il seminario sono aperte fino a **domenica 15 giugno**, inviando una mail di adesione a grecam@grecam.it.

L'iscrizione, con tessera associativa annuale € 10,00 per chi non la possiede, si fa sul link www.grecam.it.

La quota di partecipazione al seminario è di € 220,00 comprensiva di pasti e alloggio.

Vi invieremo in seguito l'organizzazione delle giornate e le indicazioni per raggiungere il Casale.

Per ulteriori informazioni potete chiamarci al 3487032446 - 3687381113 oppure inviare una mail a grecam@grecam.it.