

LO SPAZIO INFLUENZA IL BENESSERE - 2 PARTE

C'è uno stretto e profondo collegamento tra lo spazio di casa e di lavoro e gli stati d'animo che il tuo Corpo prova, dunque la qualità del tuo benessere/salute percepito.

Dopo aver visto nel precedente incontro tutto il contributo che il Feng Shui e l'Architettura del Benessere offre per la progettazione e creazioni di ambienti che impattano a livello profondo sullo stato psico-fisico-emotivo, in questo incontro ci addentreremo invece nella tematica che lega i nostri stati mentali ed emozionali nella gestione e organizzazione dello spazio e degli oggetti, cioè la Psicologia dello Spazio.

L'Incontro prevede due moduli:

1) **La Psicologia dello Spazio** attraverso la pratica del Decluttering e dell'Organizzazione, declinando poi l'argomento nel contesto di un percorso di dimagrimento. Tra le altre cose ti parlerò di:

- Perché è facile comprare (mangiare) e accumulare le cose e lasciarle andare è così difficile
- Qual'è il parallelismo profondo tra corpo-cibo e casa-oggetti
- Perché un processo Organizzativo stimola nuove sinapsi e molto altro
- Perché essere Organizzati fa bene alla salute, non rende perfetti ma felici e dunque fa stare bene e fa guadagnare tempo.

2) **L'importanza rigenerante dei colori nello spazio e nello stile per rafforzare il proprio livello di benessere psico-fisico-emotivo** percepito. Passando attraverso la cromoterapia, ormai avallata dalla medicina allopatrica, ti illustrerò il significato emozionale dei 12 colori principali. Attraverso lo strumento del Feng Shui e della Teoria dei 5 elementi, base della Medicina Tradizionale Cinese, integrata con l'interpretazione del colore di Aura Soma, vedremo l'importanza di scegliere i colori giusti in base al momento emotivo della persona che dovrà vivere quello spazio di casa o di lavoro.

In questo modulo dei colori condurrò una breve visualizzazione guidata sui 7 colori dei 7 chakra e a seguire sperimenterai la colorazione di un mandala relativo all'archetipo della casa, per comprendere sia quali emozioni suscita la presenza mentale catturata dal colore, sia qual'è il colore prevalente di questo momento di vita, per poi completare con la successiva parte teorica la ricerca del proprio equilibrio e benessere con l'uso consapevole dei colori.

Contributo per l'evento 75€

Posti Limitati a n. 5 partecipanti per offrire un alto livello di qualità divulgativo.

La partecipazione è aperta a :

- **Dietisti, Nutrizionisti, Psicoterapeuti, Psicologi ecc...**
- **Persone che stanno seguendo un percorso di dieta**
- **Persone che hanno case, stanze e arredi pieni, ma che faticano a staccarsi dagli oggetti,**
- **Persone che si sentono disorganizzate, con la sensazione di non concludere le cose, avere mille cose da fare e non riuscire a gestire il tempo**
- **Persone che faticano a trovare le cose, pur sapendo di averli, a gestire casa e arredo in modo organizzato ed efficace**

Per partecipare **PRENOTA** il tuo posto così avrò il tempo di organizzare il materiale e lo spazio, per renderti una piacevole esperienza in studio.

SABATO 23/11/2019 DALLE 14 ALLE 18.30

presso - SILVIA RUFFILLI - STUDIO CASACORPO

Gall. Aldo Moro 2 - Si accede da Via Duca d'Aosta 80 (sopra i negozi)

Per prenotazioni 339 2418523 - Silvia