



laboratori di scrittura autobiografica

4. caro corpo, ti scrivo...

“...in questo sta il potere prodigioso della parola scritta: ci permette di conservare i ricordi, trasformare la sofferenza in forza, rinascere a ogni stagione, come vecchi alberi che buttano foglie nuove dopo ogni inverno”. (Isabel Allende)

Un percorso di scrittura autobiografica per:

- valorizzare e ringraziare il nostro corpo
- creare occasioni per raccontare di lui e della sua storia
- riflettere sull'educazione ricevuta
- liberarsi di pesi inutili e ingombranti
- ascoltare le emozioni e i sentimenti connessi al corpo
- acquisire nuovi sguardi
- desiderare nuove prospettive
- scoprire affinità e differenze attraverso la ricchezza del gruppo
- vivere il gruppo come luogo accogliente e vitalizzante

Il laboratorio è strutturato in 6 incontri di 4 ore ciascuno (orario pre-serale o sabato pomeriggio)

- Numero minimo: 8
- Inizio corso: a raggiungimento del numero minimo
- Luogo: Saluzzo
- Costo: 150 euro

Portarsi penna e quaderno per scrivere.

Per partecipare al laboratorio non è necessario essere esperti di scrittura, ma avere curiosità di sé e della propria storia.

Gli incontri avranno i seguenti temi:

1. corpo e parole
2. corpo e sessualità
3. elogio del mio corpo
4. corpo e malattia
5. corpo e poesia
6. camminata notturna e scrittura di sé

*“Occorre ridare corpo al pensiero, perché è con il corpo che si comunica e originariamente si sente. Primo si sente, si vede, poi si conosce”
(Ivano Gamelli)*