

Informazioni generali



Gli incontri si terranno:

- Lunedì
- Martedì
- Mercoledì
- Giovedì

Gli orari saranno concordati direttamente con gli insegnanti:

Ada Servida,
cell. 338.9961110

Massimo Bonomelli,
cell. 335.220624



Il GRT, Gruppo per le Relazioni Transculturali è nato nel 1968 dall'esperienza e dalle riflessioni di Rosalba Terranova-Cecchini. Le sue attività hanno riguardato la formazione del personale italiano e straniero impegnato nella cura e la cooperazione internazionale in America Centrale, Africa e Asia. Ha realizzato progetti di intervento transculturale: per la salute mentale, a favore delle minoranze etniche, a sostegno delle medicine tradizionali e contro il disadattamento sociale. Le attività in Italia hanno seguito un percorso parallelo: formazione sui temi della cooperazione, dell'aggiornamento professionale; ricerche psicoantropologiche; corsi per mediatori linguistico culturali, per insegnanti e genitori. Ha gestito attività educativo-artistiche contribuendo a migliorare i servizi esistenti sul territorio per gli stranieri in difficoltà, collaborando con associazioni e cooperative milanesi, servizi psichiatrici e associazioni di extracomunitari.



L'Istituto Transculturale per la Salute, già della Fondazione Cecchini Pace, fa ora parte del GRT e ne condivide la *mission* con attività di ricerca, formazione e pratica clinica. Le sue principali attività di formazione sono: il “**Corso di specializzazione in psicoterapia transculturale**”, primo in Italia a promuovere la cultura come elemento fondante dell'identità del soggetto e il “**Corso di perfezionamento – L'approccio transculturale alla persona**”, che trattano il rapporto tra salute mentale e cultura nel percorso psicoterapeutico. L'impegno dell'Istituto si declina anche attraverso il **Centro Clinico Transculturale**, con consulenze psicologiche e psichiatriche, psicoterapia, medicina culturale per pazienti oncologici, medicina omeopatica e hatha yoga per la salute



Gruppo per le Relazioni Transculturali

Area corpo-mente 2018/2019

HATHA YOGA PER LA SALUTE e MINDFULNESS



Istituto Transculturale per la Salute

Sede degli incontri:

GRT

via Molino delle Armi 19
20123 Milano

tel. 02.58310299 – 02.26681866

e-mail: istituto@gritalia.org

sito: www.gritalia.org

Presentazione

Lo Yoga, disciplina millenaria e patrimonio prezioso dell'umanità è ancora oggi strada di conoscenza e ricerca per un'armonia fisica, psichica e spirituale.

Una traduzione culturale del pensiero asiatico è rappresentata dalla proposta della Mindfulness, presenza mentale, che offre una preziosa mediazione tra Oriente e Occidente.

Queste pratiche aiutano risvegliare le energie impoverite dall'affaticamento quotidiano e concorrono a migliorare la qualità della vita attraverso l'esperienza consapevole del respiro, delle posizioni del corpo e delle attività della mente.

L'articolazione di queste proposte con il pensiero medico, secondo l'approccio transculturale di Rosalba Terranova-Cecchini, ha caratterizzato storicamente la qualità e la personalizzazione dell'insegnamento.

Gli incontri si
svolgeranno
dall'1 ottobre 2018
al 7 giugno 2019

I corsi sono organizzati
in piccoli gruppi
e in incontri individuali

Si prega di confermare la
propria partecipazione alla
segreteria dell'

Istituto Transculturale per
la salute:

tel. 02.58310299 – 02.26681866

e-mail: istituto@grtitalia.org

Insegnanti

Ada Servida,
sociologa e insegnante di yoga,
responsabile dell'area Corpo-
Mente e docente nel Corso di
Specializzazione in Psicoterapia
Transculturale.

Ha seguito dal 1996 gli
insegnamenti di M.V. Bhole,
approfondendo l'applicazione dello
yoga in situazione di patologia.
E' socia Y.A.N.I. - Yoga
Associazione Nazionale
Insegnanti.

Massimo Bonomelli,
economista e insegnante di yoga,
docente nel Corso di
Specializzazione in Psicoterapia
Transculturale, ha approfondito in
India l'applicazione dello yoga in
situazioni di patologia secondo gli
insegnamenti di M.V. Bhole.
Diplomato alla Scuola di
Mindfulness Counseling a Pomaia,
ha frequentato il "7 days in
Mind&Body Medicine" con
J. Kabat-Zinn a New York.
E' socio Y.A.N.I. - Yoga
Associazione Nazionale
Insegnanti.