

Ti è mai capitato di sentirti impotente
e senza **forza** nell'affrontare le situazioni della vita ?

Hai mai pensato che il tuo livello di **BenEssere**
possa dipendere dalla qualità della tua Energia vitale?

Ti piacerebbe conoscere un metodo per
trovare **Amore**, dare **Salute** ed **Energia** alla tua esistenza?

Le relazioni:

maschile/femminile, dualità, sessualità, Tantra...

La Forza della Vita 2



LA FORZA DELLA VITA nelle RELAZIONI con il TANTRA !

Non è un "corso" bensì un' esperienza di Vita. Un weekend al mese per apprendere, condividendo, strumenti che ti portano ad ottenere immediato benessere a tutti i livelli: psico-fisico, emozionale, relazionale, sessuale, professionale.... sino a diventare "**Maestro**" nella gestione della tua quotidianità!

Partecipa anche solo a questo incontro per ottenere subito dei benefici evidenti!

Potrai quindi scegliere, con libertà, di proseguire con i prossimi weekend...

COME FUNZIONA: con un processo didattico innovativo, semplice e divertente, utilizziamo diverse tecniche ampiamente sperimentate e dall'efficacia scientificamente dimostrata, attraversando i livelli psicosomatici nelle 8 aree olistiche: corpo, energia, emozioni, interiorità, salute, comunicazione, creatività, cultura, per **rendere il tuo benessere totale e duraturo!**

CO-DOCENZA: ad ogni incontro si alternano da 3 a 5 docenti in una conduzione armonica ed esperienziale (non teorica), fornendoti una visione completa, efficace ed **immediatamente applicabile nella tua quotidianità, sin dal giorno successivo il seminario!**

COME MIGLIORA LA TUA VITA CON QUESTO SEMINARIO ?


- Migliori tutti gli aspetti dell'esistenza: relazioni, sessualità, lavoro...
- Ottieni maggiore stabilità, sostegno e nutrimento nelle tue relazioni e nella tua sessualità
- Rimuovi gli ostacoli e i condizionamenti che ti limitano nel godere della Vita, trasformando le "emozioni forti" in energia attiva
- Impari a vivere in maniera piena e accogliente il contatto con gli altri
- Porti la gioia nella tua quotidianità, riconoscendo ed attivando le tue risorse energetiche naturali con strumenti semplici ed efficaci
- Utilizzi il dialogo interno e tecniche attive come potenti alleati
- Impari a ricaricarti energeticamente e spiritualmente ottenendo salute e benessere
- Acquisisci più forza, vitalità e determinazione nel proseguire i tuoi obiettivi
- Individui i tuoi talenti e punti di forza trasformando le difficoltà in opportunità
- Impari a usare il potere dell'accettazione e dell'intenzione profonda per vivere meglio
- Sviluppi l'intuizione ed il piacere di Essere
- Consolidi e gestisci il tuo BenEssere nel tempo in totale autonomia e libertà
- Riscopri il piacere ed il beneficio dei colori
- Scopri come tutto diventa più facile portandoci più passione e gioia!
- Capisci che puoi accettarti così come sei
- Sperimenti una sana ed equilibrata alimentazione, scoprendo quella più adatta a te
- Vai oltre le paure comprendendo che ce la puoi fare!
- Crei uno spazio tuo dove essere te stesso e amarti così come sei
- Diventi più bella/o e naturale

REQUISITI DI PARTECIPAZIONE: NESSUNO

In questo incontro impari a “sentire” la tua energia dalla fonte inesauribile dell’Hara per migliorare la qualità della tua vita. Scopri i livelli dell’energia sessuale e la tua capacità di fonderti e scioglierli con l’altro per creare rapporti più armoniosi e vitali.

Impari a vivere meglio, grazie alle conoscenze che ti permetteranno di scoprire la causa di alcune difficoltà sessuali e relazionali e soprattutto a trovarne soluzione.

Contatti l’essenza della gioia, portandola nella tua vita anche attraverso una sessualità più sana, appagante, vitale. Sperimenti la rigenerazione del corpo e dello spirito.



A CHI E' RIVOLTO QUESTO LABORATORIO: la partecipazione è libera a tutti. A coloro che nutrono il desiderio di riscoprirsi, aprirsi, esprimersi, entrando in contatto con le proprie emozioni, con la propria verità interiore. Non si tratta di un “corso” bensì di esperienza di Vita e di condivisione. Apprenderai strumenti che, aumentando la tua consapevolezza, ti porteranno ad ottenere in tempi brevi, benessere a tutti i livelli: psico-fisico, emozionale, relazionale, sessuale, professionale... Non è necessario avere precedenti esperienze di lavori di gruppo. E’ anche rivolto a chi ha frequentato altri corsi in passato, desidera riconnettersi con l’energia e ritrovare vecchi e nuovi amici.



DURANTE IL SEMINARIO “LE RELAZIONI” LAVORIAMO SU QUESTI ARGOMENTI E TEMI

- Origini ed evoluzione dell’energia fisica e sessuale
 - Riattivazione dell’ energia vitale a livello corporeo
 - Esplorazione e scoperta delle dinamiche delle “energie sottili”
 - Il corpo come messaggero
 - Energia femminile e maschile, dualità
 - Gioire della vita, del corpo e della sessualità
- Gioia, nutrimento, movimento
 - Amore, eros e sesso (intelligenza sessuale)
 - Idealismo e vergogna
 - Desiderio e vitalità
 - Piacere e avversione
 - Valorizzazione, riconoscimento, accoglienza
 - Controllo, abbandono, rilassamento
 - Gelosia e vittimismo
 - Fissazione sul sesso, blocco sessuale e senso di colpa (Pleasure Freeze)
 - Rassegnazione, accettazione, perdono
 - Dipendenza, indipendenza, inter-dipendenza, co-dipendenza

Dimentica la relazione e impara a relazionarti con un altro essere.

Quando entri in una relazione, cominci a darla per scontata, sia tu che il tuo partner vi date per acquisiti: questo distrugge tutti gli amori.

La donna pensa di conoscere l'uomo e l'uomo pensa di conoscere la donna:

in realtà nessuno dei due conosce l'altro. E' impossibile, l'altro rimane un mistero.

E dare per scontato l'altro significa insultarlo, mancargli di rispetto.

Coloro che si amano sono soli e chi ti ama veramente non distruggerà mai la tua solitudine,

ma la rispetterà completamente perché è sacra, non interferirà con essa, non devasterà quello spazio.

Osho

Condividiamo questa magnifica avventura immersi nell’armonia e nella forza dei colori: in questo seminario vestiamo (tutti) in **arancione** per accentuare la presenza e la percezione delle vibrazioni benefiche della cromoterapia.



PERCHE' PARTECIPARE:

- Per vivere e sperimentare in questo percorso unico, il nostro metodo olistico di benessere, pratiche antiche eppur attuali che aiuteranno tutte le tue parti (emotiva, fisica, mentale e spirituale), a ritrovare la loro completezza ed integrità.
- Per acquisire strumenti utili, da portare nel tuo quotidiano, per migliorare la qualità della Vita
- Per capire che c'è altro nella vita, oltre al quotidiano tran tran
- Per vivere un'esperienza indimenticabile, con persone speciali;
- Per sapere che non c'è bisogno di andare dall'altra parte del pianeta per vivere un'avventura veramente unica e affascinante;
- Per divertirti, cantare, suonare, danzare... e conoscere nuovi amici
- Per conoscere un modo di lavorare onesto, etico e rispettoso delle persone e dei luoghi
- Per acquisire più forza, vitalità e determinazione nel proseguire i tuoi obiettivi
- Per sorprenderti davanti alla scoperta del tuo bambino interiore magico che ha voglia di vivere, divertirsi e sperimentare cose nuove

METODI E TECNICHE UTILIZZATE

Respirazione consapevole, Arti marziali, Tantra, Meditazione (da scuole diverse), Movimento e postura con diverse tecniche orientali, Percezione sensoriale, Metafisica e Corpi sottili, Cromoterapia, Danza, Bioenergetica, Nutrizione e alimentazione consapevole, Counseling relazionale e di gruppo, Riequilibrio vibrazionale, Massaggio (nozioni), giochi di ruolo e tecniche di visualizzazione creativa.

Conducono

L'esclusiva e straordinaria metodologia didattica di Centro Olos prevede la **co-docenza per tutti i laboratori** di sviluppo personale olistico. Significa che ognuno dei moduli de *La Forza della Vita* è condotto da almeno 3 fino a 5 docenti, che si alternano nel corso dello stesso incontro. Questo garantisce un **apporto esperienziale veramente olistico**, poiché i docenti, pur operando nella stessa area di competenza, provenendo da diverse formazioni, apportano al gruppo esperienze diversificate con diversi linguaggi.



Sabina Balak Chiarion - Master in Scienza del Comportamento. Counselor Olistico specializzato in Tecniche corporee e Crescita Umana - centrolos@yahoo.it



Anand Nirava Tiziana Dainotto - Esploratrice e guida nel mondo dell'energia e della salute naturale. Counselor, facilitatrice di Trance Dance, Aum Leader e Peace Ambassador - info@nirava.org.



Elena Tosolini - Counselor di processo evolutivo della persona e processi evolutivi affettivi. Insegna metodi di sviluppo personale - elena.tosolini@libero.it



Isha Orazio Lavore - Operatore Olistico. Specializzato in Tecniche corporee e Crescita umana. Insegna Massaggio e Movimento armonico - isha64@hotmail.it



Marina Forte - Artista e pittrice. Musicoterapeuta e Gongmaster Specializzata in Musicoterapia, canto indiano e canto armonico - marinaforte@katamail.com



Michele Isola - Diplomato in Tui Na in Cina. Insegnante di Tai Chi Chuan, Qi Gong e Tao Yoga. Conduttore di Danze Sacre - www.spazioarmonico.it



Silvia Zavagno - Naturopata e pranoterapeuta. Docente di tecniche di comunicazione e giornalista. Esperta di Floriterapia e Tecniche Vibrazionali di cui è una delle maggiori esperte italiane. info@ondeluce.com



Lucia Liberti - Psicologa Psicoterapeuta Mediatrice Familiare. Tiene corsi di formazione, di autoconoscenza e crescita personale. Concilia la professione con una grande passione per l'arte culinaria. lucialiberti@libero.it



e **MOLTI ALTRI SI AGGIUNGERANNO...**

PER CRESCERE INSIEME!!!



LE DATE E I COLORI DEL PERCORSO

Condividiamo questa magnifica avventura immersi nell'armonia e nella forza dei colori: **vestiamo tutti, ad ogni incontro, con colori prestabiliti**, in modo da poter accentuare la presenza e la percezione delle vibrazioni benefiche della cromoterapia

modulo 1	IL CORPO	novembre	rosso
modulo 2	LE RELAZIONI	gennaio	arancione
modulo 3	LA FORZA	febbraio	giallo
modulo 4	IL CUORE	marzo	verde
modulo 5	LE EMOZIONI	aprile	celeste
modulo 6	LA COSCIENZA	maggio	bianco

VANTAGGI DEI LABORATORI IN GRUPPO:

- Agiscono molto profondamente sul sistema psico – fisico – energetico fornendo benefici duraturi nel tempo
- Insegnano tecniche che possono essere praticate autonomamente senza necessità di ricorrere all'operatore
- Consentono lo sviluppo del proprio campo di Coscienza (consapevolezza) in modo esponenziale e permanente
- Procurano un evidente miglioramento della qualità della vita a tutti i livelli (relazionale, sessuale, salute...)
- Facilitano la socializzazione e incrementano l'autostima
- Non richiedono attrezzature o location specifiche (si possono praticare ovunque e con libertà di scelta di orario)
- Richiedono modesto (e rateizzabile) investimento economico
- Il gruppo sostiene e catalizza l'individuo ed è meno "pesante" (da integrare) rispetto alle sessioni individuali

Frequenza e classi

L'incontro ha la durata di un weekend. Per garantire la massima qualità nell'apprendimento, trattandosi di un percorso di gruppo, la classe è composta da un minimo di 10 ad un massimo di 22 partecipanti.

Programma

Il programma prevede una parte teorica completata da esercizi pratici, giochi di ruolo e tecniche di meditazione, attivazione sensoriale, energetica e condivisione. Imparerai semplici esercizi da fare a casa tutti i giorni che non ti impiegheranno troppo tempo. Per esigenze didattiche non è possibile seguire frequenze individuali.

Orari e svolgimento

SABATO: ore 9.00 ricevimento e registrazioni
ore 9,30 attività
ore 14,00 attività
ore 16.45 attività
ore 20.30 attività
DOMENICA: ore 8.00 attività (a digiuno)
ore 10,00 attività
ore 17,00 condivisione finale e saluti

ore 13,00 pranzo in gruppo
ore 16.30 pausa caffè
19,00 cena in gruppo
22,30 buonanotte...
ore 9,30 colazione in gruppo
ore 13,00 pranzo in gruppo

Requisiti

NESSUNO per i moduli 1, 2 e 3 che sono frequentabili anche singolarmente, mentre per partecipare ai moduli 4, 5 è necessario aver partecipato almeno a uno dei precedenti e per partecipare al modulo 6, è necessario aver frequentato almeno 3 dei precedenti.

Dove

L'INCONTRO SI TERRA' A TARENTO (UDINE) P/O PALAKUROKI palestra, via Giovanni Pascoli, 21

IN AUTO: DA UDINE SUD Uscita autostradale Udine Sud, prendere la tangenziale Est direzione Udine Nord. Uscire indicazione centro città e al bivio, segui le indicazioni per Tolmezzo/SS13/Tricesimo/Tarvisio/Cividale/Tavagnacco/Feletto U. ed entra in Viale Venezia/SS13. Usa la corsia di destra per prendere lo svincolo SS13 per Tricesimo/Tarvisio (700 m). Continua su SS13 (240 m). Alla rotonda prendi la 2ª uscita e prendi Via Nazionale/SS13 (1,7 km). Alla rotonda prendi la 2ª uscita e prendi Via Nazionale/Via Roma/SS13. Segui SP9/Via Udine in direzione di Via G. Pascoli a Tarcento 4 min (2,9 km). Svolta a destra e prendi SP9/Via Udine (2,8 km). Alla rotonda prendi la 3ª uscita e prendi Via G. Pascoli (130 m). Proceedi per 150 mt e alla tua sinistra trovi l'edificio del Palakuroki. L'ingresso è sul retro.

IN TRENO: dalla stazione ferroviaria di Udine, attraversi la via Europa Unita ed entri alla stazione dei pullmann. Prendi pullmann per Tricesimo/Tarcento e chiedi all'autista di farti scendere in piazza Libertà a Tarcento (circa 40 minuti di viaggio, 18 fermate circa). Scendi dal pullman e prosegui a piedi su via Udine per circa 300 mt. Alla rotonda svolti a sinistra ed entri in via Pascoli. 100 mt avanti, sulla tua sinistra trovi il Paalakuroki. L'ingresso è sul retro. **IN CASO DI DIFFICOLTA' DI TRASPORTO** chiamaci al 334.9161.209

Quota di partecipazione

La quota sociale di partecipazione a persona per questo incontro, in base alle agevolazioni applicate (per conoscere la tua quota, contatta la segreteria al 334.9161.209) :
Iscrizione singola da € 38 a € 189,00 (valore corso € 270,00)

Riduzioni

- per chi porta amici
- Per i soci promoter o chi organizza gruppi di studio borse di studio con voucher (chiedi info dettagliate)
- Per coloro che si iscrivono o sono iscritti ai percorsi professionali olistici di Centro Olos (chiedi info dettagliate)
- Per chi ha già frequentato una volta: riduzione del 50%
- Per chi ha già frequentato due volte: riduzione dell'80%
- Per chi ha meno di 26 anni borsa di studio del 15%
- Per coloro che hanno basso reddito documentato da certificato ISEE

La quota include

- La partecipazione agli incontri ed alle esercitazioni
- Dispense e materiale didattico
- Sessioni serali (ove previste)
- Incontri di condivisione (ove previsti)
- Attestato di partecipazione

La quota non include

- Iscrizione associativa annuale 10 euro a persona, (comprendente assicurazione)
- Trasferimenti
- Vitto: per esigenze didattiche è richiesto ai partecipanti di pranzare e cenare insieme al gruppo. I pasti del sabato (pranzo e cena) e la colazione della domenica, sono in autogestione: preparati ciascuno a casa sua secondo indicazioni fornite dai coordinatori del gruppo (indicati di volta in volta). Il pranzo della domenica, vegetariano, preparato da staff Olos alla quota di € 12,00 a persona (in caso di esigenze alimentari specifiche, informare Balak al 334.9161.209)
- Alloggio. Per i pernottamenti vi è possibilità di pernottare in loco con proprio sacco a pelo e modesto contributo (da prenotare telefonando a Balak 334.9161.209), oppure, su richiesta, vi verrà fornito un elenco di BeB o alberghi della zona che dovrete provvedere a contattare personalmente.
- Sessioni di supervisione (6 ore obbligatorie per il diploma) da versare direttamente con il docente (chiedi

l'elenco dei docenti Olos convenzionati. Le supervisioni con docenti esterni devono essere preventivamente autorizzate dalla segreteria)

- Tutto quanto non specificato nella voce "la quota include"

Supervisione individuale

Per l'accesso al diploma sono richieste almeno 6 ore di supervisione individuale con un counselor o con un professionista olistico autorizzato e iscritto nell'elenco docenti di Centro Olos. La supervisione individuale è necessaria per affrontare le dinamiche personali psico-fisico-energetiche che si muovono durante i laboratori *La Forza della Vita* e per ricevere supporto personale o professionale. Scopo delle supervisione è facilitare il riconoscimento dei propri punti di forza e aree di miglioramento, sviluppare le proprie capacità di soluzione del disagio/problema, potenziare le risorse all'interno dei personali contesti di vita e di decisione. Il partecipante può scegliere il professionista tra quelli di Centro Olos o esternamente (purchè preventivamente autorizzati e iscritti nell'elenco docenti di Centro Olos). Chiedi i nominativi dei docenti Centro Olos in convenzione.

Come iscriversi

I seminari sono a numero chiuso. Ti invitiamo alla tempestiva adesione. Contatta il numero 334.9161.209, per comunicare le proprie generalità o per effettuare l'iscrizione diretta. Solo successivamente ti verrà chiesto di effettuare versamento dell'acconto di euro 100 a persona con causale "Quota sociale per contributo attività" su: Bollettino postale su CC postale n. 92002609 oppure bonifico BANCOPOSTA codice IBAN BANCO POSTA: IT10 E076 0112 5000 0009 2002 609 intestati a CENTRO OLOS – Via Oberdan, 3 – 33170 PORDENONE

Cosa portare

- abbigliamento comodo e caldo di colore **ARANCIONE**: tute, calzettoni, t-shirt, etc. (vestiario completo nel colore indicato e, **se hai difficoltà a reperirlo... TINGILO! Nei negozi di articoli di pulizia, tipo drogherie e in molti supermercati, vendono confezioni di tintura in polvere da fare comodamente e velocemente a casa in lavatrice. Ricorda di utilizzare capi in cotone chiaro, altrimenti la tinta cambia il risultato!**)
- 1 asciugamano grande (o telo mare), plaid e cuscino
- Se ti fermi a pernottare in loco: sacco a pelo (e/o coperta e lenzuola), materassino, cuscino (contributo spese € 8,00)
- Quaderno e penna per appunti
- contanti per eventuale saldo (non possiamo accettare carte di credito né bancomat)
- ricevuta di pagamento dell'acconto o della quota di partecipazione (bollettino postale/bonifico/ricevuta...)

Prossimi corsi

Altri corsi possono essere organizzati su richiesta di un numero minimo di 6 partecipanti in qualsiasi città d'Italia. Per ricevere gli aggiornamenti delle attività di Centro Olos, registrati sul nostro sito o visita il calendario al sito www.centrolos.it

Note

- Le attività di Olos sono riservate ai soci.
- E' a disposizione dei soci il servizio GRATUITO di AFFIANCAMENTO OPERATIVO ed ORIENTAMENTO PROFESSIONALE. Chiedi info
- Eventuali ri-frequenze vengono conteggiate come ore di credito formativo in aggiunta a quelle già frequentate in precedenza.
- Titolo di studio conseguito: al termine viene rilasciato ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE contenente gli argomenti trattati e le ore di frequenza
- Il certificato rilasciato non abilita né autorizza l'insegnamento delle tecniche apprese durante il seminario ed in ogni caso esclude la possibilità di compiere terapia, cura, diagnosi o prescrizioni di alcun tipo
- Operatore e Professionista Olistico. Gli attestati rilasciati da Aps Centro Olos sono di natura privata e certificano, con dati e riferimenti concreti, le abilità professionali conseguite dall'allievo. I titoli di Operatore o Professionista Olistico, (conseguiti al raggiungimento delle rispettive ore richieste), costituiscono un eccellente biglietto da visita a dimostrazione delle reali capacità acquisite dallo studente. Per le caratteristiche e le informazioni in essi contenute, rappresentano, ad oggi, la migliore garanzia per un sereno svolgimento della libera professione di "PROFESSIONISTA OLISTICO" professione riconosciuta da SICOOL, registro di Categoria Professionale ai sensi della legge n. 4 del 14/01/13. www.sicool.it.
- Informazioni sulla scuola olistica: www.centrolos.it

Una panoramica di tutti i 6 incontri:

1° modulo - IL CORPO > energia, piacere, vitalità... Per ritrovare stabilità e gioia di vivere. Riconosciamo il nostro *corpo*, attraverso l'esplorazione e l'attivazione della nostra *energia vitale*. Ritroviamo il contatto con le nostre "radici" per ottenere *stabilità nella vita*. Comprendiamo come *nutrirci* in modo sano.

2° modulo - LE RELAZIONI > maschile e femminile, dualità e sessualità (Tantra). Per avere relazioni sane e costruttive. Individuiamo e troviamo soluzioni pratiche per *eliminare le tensioni* che ci limitano nella vita e nella sessualità.

3° modulo - LA FORZA > personalità e autostima. Per trovare determinazione e raggiungere i tuoi obiettivi. Rinforziamo il nostro "*potenziale personale*". Un'opportunità per riconoscere il nostro Sé, *ritrovare autostima e scoprire la nostra "Mission"* nell'esistenza.

4° modulo - IL CUORE > l'Energia del Cuore: la Forza della Vita. Per aprirti all'amore e alla bellezza. Saliamo di livello, oltre l'Energia. Scoprendo l'utilità e il potenziale del metodo vibrazionale, riconosciamo il potere del Cuore, *rinforzando sua capacità di trasformazione*.

5° modulo - LE EMOZIONI > il piacere di Essere e di comunicare. Per riscoprire e sviluppare i tuoi talenti e le tue abilità. Liberiamo la nostra *creatività* per conoscere le emozioni, riscoprendo e sviluppando il *piacere di Essere e di Comunicare*. Con il potere della voce, dei suoni, del movimento e dei colori, riconosciamo e *risolviamo le tensioni psico-soma-emozionali*.

6° modulo - LA COSCIENZA > l'intelligenza creativa, la coscienza e l'integrità. Per diventare "Maestro" della tua Vita! Troviamo la centratura necessaria per *diventare "Maestri" di noi stessi* e mantenere stabile, in totale autonomia, *il nostro BenEssere nel tempo*

Scuola accreditata da

**sicool**

Società Italiana Counselor e Operatori Olistici

☎ : 334.9161.209 – info@centrolos.it – centrolos@yahoo.it – www.centrolos.it – FB pagina : Centro Olos Associazione

centro OLOS

Associazione di Promozione Sociale per la Diffusione delle Discipline Olistiche
Scuola per Operatore e Professionista Olistico affiliata a CONACREIS ed accreditata da SICOOL