

## **BODY-MIND CENTERING® (BMC®)**

è uno studio esperienziale che porta alla comprensione di come la mente si esprima attraverso il corpo e il corpo attraverso la mente.

Sviluppato da Bonnie Bainbridge Cohen negli ultimi 40 anni, BMC® è una ricerca che si basa su fondamenti di anatomia, fisiologia, psicologia e sulla conoscenza dello sviluppo del movimento, dal concepimento ai primi anni di vita.

L'approccio fa uso di una varietà di principi teorico-funzionali e di pratiche nell'esplorazione di tutti i sistemi corporei, del respiro e della vocalizzazione, dei sensi e della dinamica percettiva, dell'arte del tocco delle mani e della riorganizzazione dei pattern, fino al livello cellulare.

[www.lebensnetz.it](http://www.lebensnetz.it)

[www.antonelladecarolis.it](http://www.antonelladecarolis.it)

SPAZIOCORPO

informazioni e prenotazioni:  
Associazione Spaziocorpo  
3407772363 -3473816691  
0687903155 segreteria e fax  
[spaziocorpo@libero.it](mailto:spaziocorpo@libero.it)

# incontro col **BODY-MIND CENTERING®**



Ciclo di seminari a cura di  
**Gloria Desideri**  
In collaborazione con lo Staff Leben  
di Educatori del Movimento Somatico - BMC®

**ROMA**  
Novembre - Maggio 2013

**TUSCANIA**  
Giugno 2013

*Nel BMC siamo noi stessi la materia di studio,  
e corpo e mente sono strumenti d'esplorazione.  
La ricerca è esperienziale tanto quanto la materia.*

*Bonnie Bainbridge Cohen*



## Date

### 10 novembre - Roma

Roma, Incontro introduttivo  
*tutto lo staff docente*

### 9 febbraio - Roma

1° Incontro

*Roberta Bassani, Paola Campagna*

### 16 marzo - Roma

2° Incontro

*Angélica Costa, Gloria Desideri*

### 13 aprile - Roma

3° Incontro

*Angélica Costa, Caterina Gottardo*

### 11 maggio - Roma

4° Incontro

*Roberta Bassani, Paola Campagna*

### 14-16 giugno - Toscana

Seminario residenziale

*tutto lo staff docente*

## Orari

*Per gli incontri a Roma:*

09:30 - 13:00 e 14:30 - 18:00 (7 ore)

*Per il seminario residenziale:*

da venerdì sera a domenica ora pranzo  
(totale di 14 ore)

## Costi:

- singolo incontro 90 euro
- 5 incontri, con pagamento in un'unica soluzione, 400 euro
- seminario residenziale 170 euro (solo corso)

## Programma del corso

Il corso, articolato in 5 incontri a Roma, più un seminario residenziale a Toscana, si rivolge a persone con interessi in campi diversi (yoga, danza, teatro, educazione motoria, bodywork, altre discipline corporee) e a tutti coloro che vogliono fare esperienza diretta dell'approccio BMC® all'educazione somatica e ai processi d'integrazione corpo-mente.

Esploreremo principi fondamentali e esploreremo pratiche che permettono di:

- attingere alle risorse inerenti al corpo;
- dare espressione alle caratteristiche dei diversi sistemi corporei;
- comprendere le origini evolutive dei pattern di movimento;
- comprendere le dinamiche percettive nell'interazione tra noi e il mondo esterno.

I partecipanti saranno guidati nell'approfondimento di una serie di temi:

- la respirazione esterna e quella interna, cellulare;
- la struttura scheletrica che dà al corpo la sua forma essenziale e al movimento la capacità di articolarsi nello spazio esterno;
- la vitalità e il sostegno degli organi interni, primo habitat delle nostre emozioni;
- la qualità vibrante delle ghiandole endocrine e il loro accordarsi per raggiungere un senso di equilibrio e di allineamento;
- le dinamiche e i ritmi del fluire quando le caratteristiche dei principali fluidi si modulano tra loro: sangue e liquor, fluido sinoviale e linfa;
- l'organizzazione di fondamentali pattern di movimento alla base del nostro modo di percepire e agire.

Per accedere alle esperienze useremo il movimento, guidato e improvvisato, l'arte del tocco delle mani, l'osservazione di immagini e modelli anatomici, la visualizzazione somatica, lo scambio verbale delle esperienze. Lavoreremo individualmente, in coppia e in gruppo, in un processo collettivo di embodiment, consapevolezza e creazione.

## Docenti

### Roberta Bassani

Danzatrice, Danza/Movimento Terapeuta (ATI-APID), Educatore Somatico (BMC® SME) Educatore del movimento in età evolutiva (BMC® IDME), da più di 10 anni conduce gruppi di DMT in ambito riabilitativo ed educativo con bambini e adulti per il disagio psicofisico e la prevenzione.

### Paola Campagna

Laureata allo I.U.S.M, Istituto di Scienze Motorie, danzatrice e coreografa, danza movimento terapeuta (ATI, APID), Educatore Somatico (BMC®) Educatore del movimento in età evolutiva (IDME), da anni fa ricerca sul movimento sia in campo artistico che clinico.

### Angélica Costa

Psicologa e psicomotricista, si diploma come Educatore del movimento in età evolutiva (BMC® IDME) ed Educatore Somatico (BMC® SME). Nel 2009 crea Baby Moves che si occupa di diffondere l'educazione al movimento, essenziale per la prevenzione e la promozione della salute e del benessere dei bambini e delle loro famiglie. Offre servizio di consulenza e segue gruppi di sostegno alla genitorialità.

### Gloria Desideri

Certified Teacher/Practitioner di Body-Mind Centering®, Infant Developmental Movement Educator, Practitioner di Somatic Experiencing® e Kinetic Awareness Teacher™. Dal 2006 dirige in Italia i programmi di formazione BMC®, accreditati da The School for Body-Mind Centering®, gestiti dal 2009 da Leben nuova, l'organizzazione da lei fondata per la diffusione dell'educazione somatica. Esercita la sua attività terapeutica a Roma e a Toscana (VT) rivolgendosi ai bisogni di adulti e bambini di diverse abilità.

### Caterina Gottardo

Laureata in Architettura, con una formazione in Danza Contemporanea e Contact Improvisation, è Educatore Somatico (BMC® SME). Tiene seminari nei quali integra l'anatomia esperienziale del BMC® con elementi di Contact Improvisation e di ricerca sul movimento. È nello Staff di Leben nuova dal 2010.

