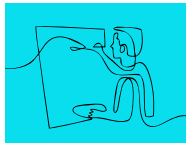
Arte


Pittura


Euritmia


Disegno di forme


Euritmia


Modellaggio


Canto


Danze in cerchio

La creazione artistica non è imitazione di qualcosa già esistente, ma una continuazione, scaturita dall'anima umana, del processo di natura. La semplice imitazione della natura nulla crea di nuovo, come non lo crea la raffigurazione dello spirito già esistente. Non può venir sentito come vero e forte artista chi dà all'osservatore una fedele riproduzione della realtà, ma chi invece riesce a farsi seguire quando creativamente continua con le sue opere il processo del mondo.
Rudolf Steiner, *Arte e conoscenza dell'arte* (O.O. 271)

Inquadra il **QR-Code** con il tuo smartphone, **collegati al sito** e scopri il **programma online**!

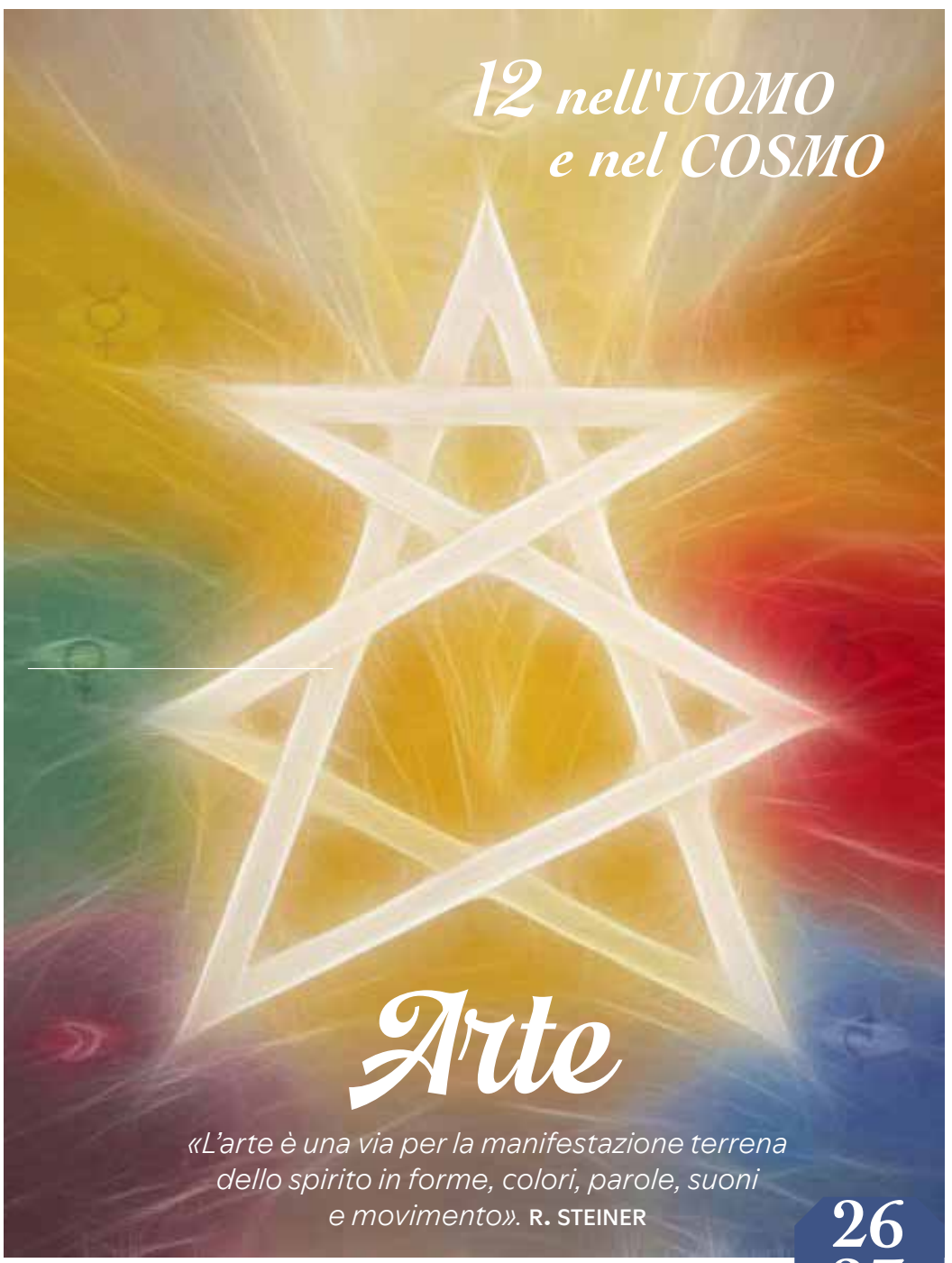
ilCentro
FONDAZIONE PER L' ANTROPOSOFIA

Il Centro, Fondazione per l'Antroposofia
ETS - Ente Terzo Settore
Presso Palazzo della Luce
Via Stampatori 18 - 10122 Torino
Tel. +011 533 938 - Cell. (+39) 334 3048 957
www.ilcentroantroposofia.it - info@ilcentroantroposofia.it

15" da Stazione Porta Susa
25" da Stazione Porta Nuova

Metro: XVIII Dicembre
Bus: 5 - 14 - 52 - 59 - 63 - 67

Parcheggio Galileo Ferraris
C.so Matteotti 22/C



ilCentro
FONDAZIONE PER L'ANTROPOSOFIA
E T S

PUNTO D'INCONTRO
TRA RICERCA SPIRITUALE, ARTE E SCIENZA

ilCentro
FONDAZIONE PER L' ANTROPOSOFIA

Artisti e **arteterapeuti** che curano e conducono i vari **laboratori** presentano dettagliatamente, nello spazio loro dedicato in questa brochure, i rispettivi **programmi**.

ARTISTI

Paolo BINAGLIA
Francesca GATTI
Roberta GUIDI
Laura LOMBARDI
Elisa MARTINUZZI
Franca MONTANGERO
Eliane PICCARDI
Renzo RASTRELLI
Matteo SCOVAZZO
Kata SZABADOS
Graziano TARDITI
Tiziana ZONCADA

Per informazioni contattare:

Tel. 011 533 938
Cell. (+39) 334 3048 957

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Al Centro da sempre riserviamo uno spazio fecondo in cui le persone possano sprigionare fantasia, immaginazione, intuizione attraverso il linguaggio inventivo delle discipline artistiche, che agiscono profondamente nell'animo umano armonizzandolo e risanandolo.

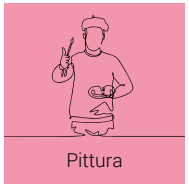
Per ogni singola disciplina offriamo cicli formativi di varia durata, cercando di disporli in modo da agevolare la scelta.

Per dare il giusto valore a ciascun laboratorio e per consentire agli interessati di conoscerlo e sperimentarne la qualità, ne abbiamo rimodulato la struttura introducendo un primo incontro di prova a donazione libera.

Una volta maturata la decisione, il contributo spese (relativo all'uso della sala, ai materiali e al compenso del conduttore) va corrisposto in anticipo per l'intero ciclo. Se il ciclo si avvierà le iscrizioni restano aperte per chi si aggiungerà in seguito.

1. **Fatte salve alcune eccezioni**, il primo incontro sarà a *donazione libera*, intesa come atto di fiducia in cui ciascun partecipante stabilisce da sé il contributo economico in base a quanto ritiene di aver ricevuto.
2. Contributo spese per l'intero ciclo da versare a seguito dell'incontro di prova.
3. Saranno considerati casi ed esigenze particolari.

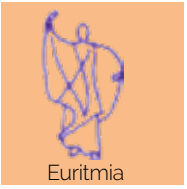
* È previsto un numero minimo di partecipanti, e se non verrà raggiunto il contributo versato sarà restituito.

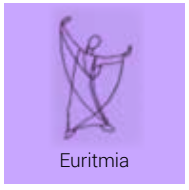

Pittura


Canto


Disegno di forme


Modellaggio

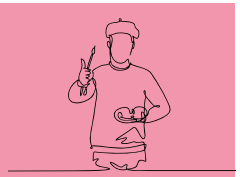

Euritmia


Euritmia


Danze in cerchio







Pittura

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

La forza creatrice del colore
un nuovo modo di dipingere

Premessa

La pittura è l'arte di riprodurre ed esprimere in immagini questo mondo attraverso un viaggio dell'anima e dello spirito. Le qualità vitali del colore ci rivelano le leggi primordiali e i misteri del cosmo.

È rivolto agli adulti, specialmente ai maestri, agli educatori come anche ai genitori o a persone veramente interessate a un cammino artistico a ispirazione antroposofica.

Si dipinge in gruppo, su carta asciutta o bagnata, con l'utilizzo di varie tecniche, pur con predominanza dell'acquerello. Non sono richieste competenze pregresse, il materiale viene fornito dalla curatrice.

Le mete

Oltre ad imparare a lavorare in armonia con gli altri, si impara ad osservare, a sentire il colore, a pensare in modo piu cosciente per comprendere in profondità la creazione nelle sue manifestazioni.

Il Laboratorio

Si articola in 2 cicli, di 8 incontri ciascuno, con una pausa di un mese tra l'uno e l'altro. Il primo inizia a ottobre e termina a dicembre, il secondo inizia a febbraio e termina a maggio.



Laura **LOMBARDI**

Si forma come educatrice di comunità. Nel 1980 incontra l'Antroposofia intuendone subito la straordinaria portata. In quegli anni, essendo madre e desiderando ardentemente la realizzazione della pedagogia steineriana a Torino, diviene co-fondatrice della prima scuola materna. Nel 1997 incontra Fiorenza De Angelis e studia pittura con lei a Milano per alcuni anni. Nel 2001 inizia la formazione quadriennale in "Arte-Medicina-Terapia" presso la Scuola di Firenze condotta da Fiorenza De Angelis e dal medico antroposofo Robert Gorter. La sua arte si rivolge a bambini e adulti con problemi psico-fisici, attraverso percorsi rivolti sia alla cura che alla prevenzione. Collabora con medici e terapeuti e organizza corsi di formazione per insegnanti ed educatori di comunità.

Le forze spirituali che risuonano nelle armonie cosmiche, come le dodici fate della fiaba di Rosaspina, regalano all'uomo i tesori artistici delle sue forme fisiche e di pensiero. Ogni uomo, attraverso le porte dei sensi e lo scorrere della vita può ricollegarsi con le "buone fate" che parlano tramite il linguaggio dei regni della natura. Cercheremo quindi di scoprire e di riaprire in noi le dodici finestre sul mondo dei sensi e dello spirito.

La tipologia dei partecipanti nel loro insieme e le necessità individuali saranno prese in considerazione nello svolgersi del laboratorio.

Giovedì **1 Ottobre** • ore **17.45 - 19.15**

1° incontro

1° Ciclo

Giovedì **15 e 29 Ottobre**

Giovedì **12 e 26 Novembre**

Giovedì **10 Dicembre**

2° Ciclo

Giovedì **11 e 25 Febbraio**

Giovedì **11 e 25 Marzo**

Giovedì **8 e 29 Aprile**

Giovedì **13 e 27 Maggio**



Euritmia

«Io sento l'essenza del mio essere»

Euritmia per vivere il corso dell'anno

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Premessa

«Il corso dell'anno ha una sua propria vita. A questa vita l'anima umana può partecipare. Se fa agire su di sé quanto dalla vita dell'anno diversamente le parla di settimana in settimana, allora solo grazie ad una tale partecipazione l'anima troverà veramente se stessa».
Rudolf Steiner, dalla Prefazione alla seconda edizione del 1918 del *Calendario dell'anima*.

Le mete

Le forme euritmiche disegnate da Rudolf Steiner, le musiche per i versetti settimanali, i ritmi, i suoni, i gesti, i colori in movimento del *Calendario dell'anima* ci guideranno, grazie all'Euritmia, a un oggettivo sentire vivente e nuovo.

Verranno condivise semplici chiavi euritmiche per chi a casa vuole incamminarsi verso un intimo rapporto con il corso dell'anno attraverso il *Calendario dell'anima*.



Francesca **GATTI**

Diplomata in euritmia artistica presso la Westmidlands Eurythmy School di Stourbridge (GB). È stata euritmista solista nello spettacolo *IMAGES euritmia* su musiche di Claude Debussy, con la regia di Alfredo Chiappori. Si è formata in euritmia terapeutica (East Grinstead), in euritmia sociale (l'Aia; Sekem) e in euritmia pedagogica (L'Aia). Ha lavorato in diverse scuole, aziende e nell'ambito dell'Associazione Biodinamica era docente nel corso di formazione per agricoltori.
Ha svolto la professione presso la casa di salute Raphael di Roncegno anche nell'ambito della formazione per medici in Medicina Antroposofica.
Ha contribuito alla formazione di insegnanti nell'ambito della pedagogia ad indirizzo antroposofico.
Ha conseguito il diploma triennale in *Arte della Parola* a Bologna.
Pratica l'euritmia individualmente e con gruppi.

Il Laboratorio si articolerà in un ciclo di 9 incontri a cadenza mensile. L'arte euritmica è per tutti, non sono richieste conoscenze pregresse. Sono graditi abiti comodi di colore bianco o écru possibilmente senza immagini, scritte o marchi in evidenza, scarpette comode da euritmia o calze antiscivolo.

Chi desidera intraprendere questo cammino in modo duraturo o pensa di parteciparvi per fare una breve esperienza, è pregato di contattare Francesca Gatti:
via whatsapp: 333 6908512;
oppure via mail:
francescagatti.milano@gmail.com

Mercoledì **7 Ottobre** • ore **18.00 - 19.30**
1° incontro

Mercoledì **11 Novembre** 18.00-19.30	Mercoledì **3 Marzo** 18.00-19.30
Mercoledì **16 Dicembre** 18.00-19.30	Mercoledì **7 Aprile** 18.00-19.30
Mercoledì **13 Gennaio** 18.00-19.30	Mercoledì **5 Maggio** 18.00-19.30
Mercoledì **17 Febbraio** 18.00-19.30	Mercoledì **9 Giugno** 18.00-19.30



Modellaggio

Il Presepe in 3 incontri
I temperamenti in 4 tappe

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Premessa
Nell'arte del modellaggio braccia e mani diventano "pensanti", l'intelligenza del senso del tatto accompagna i loro movimenti. Ammorbidita e riscaldata, la massa informe dell'argilla diventa sensibile alla pressione viva delle dita dell'artefice, che la plasmano estraendone una figura-forma astratta, umana o corrispondente a oggetti concreti.

Le mete e i laboratori

Nel remoto passato, le uniche espressioni che esulavano dalla dura lotta per l'esistenza erano le "rappresentazioni", allora organizzate dagli iniziati dei Misteri, e che si svolgevano nelle quattro festività dell'anno.
Nel solstizio d'inverno, la coscienza dell'uomo era come schiacciata tra le pieghe oscure compatte della terra. Un messaggio di speranza, un'affermazione che la luce era pronta a tornare, era molto atteso. Il solstizio d'inverno è il momento in cui il Sole oltrepassa l'oscurità invernale e riprende gradualmente a irradiare.
Una delle più famose rappresentazioni di questo "ritorno", cara alle anime semplici e istintive del Medioevo, fu la rappresentazione del Presepe. Pare che sia stato Francesco d'Assisi il primo ad allestirne uno. Davanti alla riproduzione della Natività, le anime del tempo, candidamente collegate al mistero della Nascita, sentivano l'evento rivivere nella loro interiorità.

Nelle prime tre date plasmeremo ed elaboreremo alcuni personaggi caratteristici del Presepe: pecorelle, cammelli, pastori, Re magi, figure maggiori, Angeli...
Perché? Per rallentarci, cogliere l'occasione per ricontattare noi stessi e prepararci a entrare con spirito nuovo in quello che è diventato uno dei momenti più frenetici dell'anno. Prendersi lo spazio, per riavvicinarci con coscienza e cuore alla festività più calorosa dell'anno.
Questo percorso è indicato per i responsabili di bambini più o meno piccoli, si potrebbe così dimostrare in famiglia che non siamo costretti a comperare tutto, che alcune cose possiamo crearcele da noi, ed è tutt'altra soddisfazione!

Nei successivi quattro incontri ci dedicheremo ai temperamenti. In tanti siamo stati gratificati da meravigliosi fenomeni naturali come l'alba e il tramonto. L'aver già goduto di tanta grazia non esclude la possibilità di provare gioia nel rivederla.

Nel riproporre un lavoro sui quattro temperamenti intendo esprimere qualcosa di simile alla felicità che si prova nel rivedere l'alba o il tramonto. I punti di vista, il momento biografico, la persona stessa cambiano. Sarà quindi diverso anche il piacere di svolgere un'opera fortemente orientata alla conoscenza di se stessi, delle proprie vicissitudini biografiche, e alla capacità che potremo sviluppare di capire gli altri.



Renzo **RASTRELLI**

È socio fondatore del Corso di Specializzazione per l'Arteterapia CINABRO.
L'esperienza pedagogica maturata dall'insegnamento con adulti, adolescenti, comunità protette, stati di malattia organica, ha sviluppato in lui competenze per le dinamiche interpersonali e di conduzione di gruppi attraverso il processo creativo.

È molto attivo come insegnante in ambito Plastico-Scultoreo, conduce seminari, corsi di formazione per insegnanti, pedagoghi e arteterapeuti.

Venerdì, **2 Ottobre** • ore **18.00 - 20.00**
1° incontro

Venerdì
20 Novembre
18.00 - 20.00

Venerdì
11 Dicembre
18.00 - 20.00

Venerdì
22 Gennaio
18.00 - 20.00

Venerdì
5 Febbraio
18.00 - 20.00

Venerdì
23 Aprile
18.00 - 20.00

Venerdì
28 Maggio
18.00 - 20.00



Euritmia

Le forze planetarie: Specchio dell'anima

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Premessa

L'euritmia è un'arte del movimento fondata da Rudolf Steiner che rende visibili attraverso gesti e movimenti armonici l'essenza spirituale della musica e del linguaggio.

Le mete

L'euritmia è un potente strumento per la crescita e lo sviluppo personale. Con la pratica dell'euritmia, le persone possono sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio corpo, delle proprie emozioni e dei propri pensieri, e instaurare una connessione più profonda con il mondo che le circonda.

Il Laboratorio

Il percorso si articolerà in tre incontri durante i quali faremo una prima conoscenza degli archetipi dei pianeti.

I 7 principi planetari, conosciuti fin dall'età mesopotamica, ci parlano ancora oggi di qualità, punti di vista e tendenze che costruiscono la nostra interiorità e sono riconoscibili nella maniera in cui affrontiamo la quotidianità.

Attraverso l'euritmia porteremo in movimento queste singole forze, facendo esperienza anche dei suoni vocalici ad esse associati.



Elisa
MARTINUZZI

Euritmista e insegnante. Conclude nel 2009 l'accademia quadriennale di euritmia ad indirizzo pedagogico e artistico dell'Aia (Olanda).

In seguito consegue la specializzazione in euritmia igienica con Margrit Hitsch-Schindler e in euritmia ad indirizzo sociale/ aziendale con Annemarie Ehrlich.

Lavora da anni in ambito artistico, pedagogico e di formazione per adulti.
www.euritmiaedintorni.it

Diventare più consapevoli di questi principi può avvicinarci maggiormente alla comprensione di noi stessi e degli altri.

Non è necessaria alcuna esperienza pregressa nell'euritmia e/o nel movimento.

Sono consigliati abiti e scarpette comode o calzini anti scivolo.

Sabato **10 Ottobre** • ore **10.00 - 17.30**	
1° incontro	
Sabato, **23 Gennaio** 10.00 - 17.30	
Sabato, **17 Aprile** 10.00 - 17.30	



Canto

Canti del mondo

Un viaggio attraverso i suoni

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Premessa

«Una cultura musicale più profonda si è sempre sviluppata solo laddove il canto ne costituiva la base. Lo strumento musicale è appannaggio di pochi privilegiati. La voce umana, lo strumento accessibile a tutti, gratuito eppure il più bel strumento che esista, può essere l'unico terreno fertile per una cultura musicale diffusa e universale» (Z. Kodály)

Le mete

Secondo Goethe, «Chi non ama la musica, non merita di essere chiamato uomo; chi la ama solamente è un uomo a metà; mentre chi la pratica è un uomo completo.». La musica per lui «è il mezzo più innocente e piacevole per unire le persone» e non solo: l'affidarsi alla musica fa sì «che ciascuno ritrovi se stesso.».

Far musica insieme, cantare insieme è come un vero incontro: è un aprirsi, è ascolto, un riconoscere l'altro, una condivisione, un' armonia molto sottile; è un grande respiro collettivo che ci fa vivere.

Grazie alle sonorità di canzoni tradizionali provenienti da svariate parti del mondo, avremo l'occasione di approfondire e vivere l'esperienza del canto corale, raffinando capacità di ascolto ed espressione vocale e soprattutto, di vivere insieme quei momenti unici di profonda connessione che nascono facendo musica insieme.



Kata **Szabados**

Nasce in Ungheria, suoni e melodie tradizionali fanno parte della sua quotidianità fin dall'infanzia, grazie anche al concetto di educazione musicale elaborato dall'etnomusicologo e compositore ungherese Kodály. Si laurea in Musicologia in Italia con una tesi sulla musica sacra e spiritualità di F. Liszt.
Dopo l'esperienza nel mondo musicale accademico, si dedica all'approfondimento delle conferenze di Rudolf Steiner sulla musica. Diplomata alla Freie Hochschule Stuttgart come maestra di classe ed insegnante di musica, insegna in una scuola steineriana. Si dedica per anni al canto corale come soprano. Suona vari strumenti musicali e si interessa di musicoterapia. Crede profondamente nel potere benefico della musica esercitato sulla nostra costituzione complessiva e nel contributo di essa alla formazione di "uomini completi".

Il laboratorio si articolerà in un ciclo di 8 incontri. All'inizio delle prove si faranno piccoli giochi di ritmo e di ascolto, body percussion, vocalizzi. Ai primi incontri studieremo canti più semplici da cantare successivamente a canone per avere una prima esperienza di polifonia; col tempo studieremo brani a più voci sempre più articolati. Il repertorio principale a cui ci attingeremo è la musica tradizionale i cui canti esprimono «con forza elementare l'istinto musicale di un dato popolo» (B. Bartók) e presentono un arricchimento non solo musicale ma anche culturale. Saranno proposti canti popolari in lingua originale, brani di musica sacra e profana di diversi periodi storici, e nel periodo dell'Avvento canti natalizi, sempre di diverse tradizioni.
Non è necessario saper leggere le note musicali ed avere conoscenze musicali pregresse; saranno spesso consegnati spartiti ma le cose fondamentali saranno comunque spiegate man mano che emergono dai brani studiati.
Si canterà stando seduti e stando in piedi, è perciò consigliato indossare abiti e scarpe comode.

Mercoledì **14 Ottobre** • ore **17.30 - 19.00**
Incontro introduttivo a donazione libera

Mercoledì **21 Ottobre** 17.30 - 19.00	Mercoledì **25 Novembre** 17.30 - 19.00
Mercoledì **28 Ottobre** 17.30 - 19.00	Mercoledì **2 Dicembre** 17.30 - 19.00
Mercoledì **4 Novembre** 17.30 - 19.00	Mercoledì **9 Dicembre** 17.30 - 19.00
Mercoledì **18 Novembre** 17.30 - 19.00	



Danze

Danze
in cerchio e in linea dalle tradizioni del mondo

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Premessa

«*... La donna sentì che aveva qualcosa da eseguire: pose un piede davanti all'altro, tramutò la quiete in movimento, tramutò il movimento in danza e chiuse la danza in una forma… nella danza e nel suo concludersi in forma tu crei un'immagine delle poderose danze eseguite negli spazi del cielo dai pianeti e dal Sole...*»

Rudolf Steiner, *La natura delle arti* (da O.O. 271)

La danza permette un movimento nello spazio in armonia con il creato. Ogni danza ha il potere di assimilare, ricevere e trasmettere energia e delimita uno spazio in cui le tensioni fisiche ed emozionali si allentano favorendo uno spirito comunitario armonioso e soprattutto gioioso.

Si parte da un livello amatoriale, rivolto a tutti: la tipologia delle danze sarà scelta in modo da incontrare le esigenze di ciascuno. Sono richieste scarpe e abbigliamento adatti.

Le mete

La proposta di questo nuovo ciclo di incontri permette di esercitare, durante tutto l'anno, la danza in cerchio e in linea traendo spunto dal repertorio ampissimo di danze da tutto il mondo.



Graziano **TARDITI**

Da sempre appassionato della danza popolare, per oltre 20 anni dagli inizi degli anni novanta, si è dedicato allo studio e alla divulgazione delle danze folcloristiche come membro dell'*Associazione Culturale Baldanza* di Torino.

Ha partecipato a diversi stages di formazione in Italia ed all'estero per l'apprendimento di danze collettive, individuali e di coppia di varie nazionalità e, sempre a titolo amatoriale, coltiva questa pratica tuttora in diversi ambiti.

Il Laboratorio si articolerà in un ciclo di 13 incontri, che si terranno sempre di venerdì dalle 17.30 alle 19.00.

Per ogni danza trattata saranno resi disponibili ai partecipanti la traccia audio, il video e le informazioni conosciute (quali il paese di provenienza, la traduzione del titolo e del testo, curiosità varie ecc.).

L'ingresso è gratuito ed è aperto a tutti

Venerdì **23 Ottobre** ore **17.30 - 19.00**
1° incontro

Venerdì
6 • 27 Novembre
17.30 - 19.00

Venerdì
8 • 29 Gennaio
17.30 - 19.00

Venerdì
12 • 26 Febbraio
17.30 - 19.00

Venerdì
12 • 26 Marzo
17.30 - 19.00

Venerdì
16 • 30 Aprile
17.30 - 19.00

Venerdì
21 Maggio
17.30 - 19.00

Venerdì
4 Giugno
17.30 - 19.00



Danze in cerchio

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Danze in cerchio

gioia del movimento e spirito d'integrazione

Premessa

La Danza in Cerchio è una pratica che riunisce vari tipi di danze tradizionali e popolari provenienti da diverse parti del mondo. Esse evocano dei mandala in movimento ed esprimono l'intimo rapporto tra uomo e natura, tra microcosmo e macrocosmo. La loro essenza è celebrare la vita e lo spirito comunitario.
È una pratica di gruppo svolta in cerchio ed è rivolta a persone di tutte le età e abilità, con o senza esperienza di danza. La loro semplicità e adattabilità le rende accessibili a chiunque voglia partecipare. Il cerchio crea naturalmente uno spazio inclusivo e accogliente.

È consigliabile indossare scarpe e abiti comodi che permettano libertà di movimento: scarpe da danza morbide, scarpe da euritmia, pantaloni larghi, gonne fluttuanti e magliette leggere. Vestirsi a strati può essere utile.

Le mete

• Contribuire all'espansione della coscienza individuale e di gruppo perché consente ai partecipanti di riconoscersi come soggetti ugualmente importanti e necessari per la costituzione armonica del tutto.

• Promuovere il benessere fisico sviluppando il coordinamento motorio, la flessibilità, l'equilibrio, la concentrazione

• Raffinare l'ascolto e la gestualità. Creare uno spazio per la riflessione interiore e per connettersi con qualcosa di più grande.



Eliane **PICCARDI**

Dopo la laurea in architettura e gli studi di danza classica, contemporanea e afro, si è trasferita a Milano, dove ha lavorato come book cover designer e dove ha iniziato il suo percorso di danze in cerchio, con Maria Rosa de Freitas, alla Scuola Rudolf Steiner di Via Clericetti.
Ha organizzato il Sacred Dance teacher's training con Maria Gabriele Wosien e seguito diversi workshops con Peter Vallance e Laura Shannon della Comunità di Findhorn in Scozia.

Il Laboratorio si articolerà in un ciclo di 4 incontri compreso uno iniziale di presentazione.
Nelle Danze in Cerchio la musica è un elemento centrale, ogni singolo incontro inizia con la formazione del cerchio con i partecipanti che si tengono per mano. I primi minuti sono dedicati all'auto osservazione e preparazione del corpo alla danza attraverso il respiro e semplici movimenti.
Di seguito ogni danza viene presentata attraverso la sua storia, simbologia o particolarità e i rispettivi passi e stile vengono dimostrati dal focalizzatore che coinvolge da subito i partecipanti. Le prime danze sono di solito più semplici per permettere ai partecipanti di concentrarsi sulla connessione con il gruppo e sul proprio corpo. Poi vengono introdotte danze che stimolano l'entusiasmo e la vivacità del fisico, della mente e del gruppo.
È prevista una breve pausa. La seconda parte dell'incontro è caratterizza da una decrescita del ritmo con danze e musiche che creano gradualmente un'atmosfera più raccolta e meditativa. L'ultima danza consacra la sessione per concluderla con un senso di pace, connessione interiore e armonia con il gruppo.

https://www.elianepiccardi.com/danzarmonica-in-cerchio/

Sabato **21 Novembre** • ore **15.30 - 17.30**
1° incontro introduttivo a donazione libera

Sabato
16 Gennaio

Sabato
20 Febbraio

Sabato
3 Aprile

Tutte le sessioni si terranno alle ore
15.30 - 17.30





Musica

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Concerto di mandolini e coro dalla tradizione natalizia

Premessa

l mandolino possiede una forte identità culturale, perché il suo suono è legato alla tradizione musicale italiana e mediterranea. Nella musica popolare, il mandolino accompagna serenate, danze e repertori regionali, contribuendo a creare atmosfere ricche di carattere e riconoscibilità. La sua capacità di esprimere melodie chiare e vibranti lo rende particolarmente adatto ai contesti acustici, nei quali il dialogo tra strumenti valorizza la naturalezza del suono.

Oggi il mandolino continua a evolversi, perché molti musicisti lo utilizzano anche in contesti contemporanei e sperimentali.
https://www.alberomusicale.it/mandolino/

Le mete

Il concerto è pensato per far fare esperienza della musica strumentale a pizzico, e della coralità in un connubio innovativo, che si situa al centro tra tradizione musicale e riscoperta dei valori delle orchestre mandolinistiche, una volta diffuse ovunque sul territorio nazionale.

Il suono argenteo dei mandolini, unito alla voce e al suono degli agli altri strumenti a corda, ci condurranno nelle musiche tradizionali piemontesi e natalizie.



Matteo
SCOVAZZO

Ha studiato musica in diversi conservatori italiani.
Si è specializzato nella conoscenza degli strumenti a corda pizzicata (mandolino, mandola e chitarra), e suona in diverse formazioni cameristiche riscoprendo il repertorio originale per strumenti a pizzico piemontese.
Ha studiato pedagogia musicale con il M° P. Appenzeller.
Dirige l'orchestra mandolinistica giovanile "Un pizzico di note" di Chivasso(TO).

Evento

Un percorso tra spiritualità e musica, alla scoperta di quel filo invisibile che, da tempi remoti, unisce la terra al cielo.

Sabato
12 Dicembre
15.30 - 16.30
Evento a donazione libera



NATALE

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Canto del sogno di Olaf Åsteson

«Il contenuto della poesia è collegato col Natale e con i giorni che lo seguono. La poesia racconta come Olaf Åsteson, un personaggio mitico, impiegò in un modo del tutto speciale i tredici giorni che seguono il Natale e che terminano col giorno dell'apparizione del Cristo. Ci viene così ricordato come nel mondo delle saghe popolari viva l'antica concezione di una primitiva chiaroveggenza dell'umanità. In sostanza il contenuto è che Olaf Åsteson nella notte di Natale arriva alla porta della chiesa, cade in una specie di sonno e nelle cosiddette tredici notti sperimenta a modo suo i misteri del mondo spirituale; li sperimenta nella sua semplice e primitiva natura infantile. In quei giorni, nei quali in un certo senso vi è in natura la massima oscurità fisica sulla terra, in cui si ha il minimo germogliare della vegetazione, in cui per così dire tutto è esternamente fermo nell'esistenza fisica della terra, sappiamo che si risveglia l'anima della terra che ha allora il suo pieno stato di veglia». Rudolf Steiner, O.O. 157a

Come ogni anno gli auguri natalizi del Centro aspirano ad assumere una forma quasi rituale grazie all'universalità del Canto di Olaf, del viaggio dell'anima umana nei mondi spirituali. E come una Fiaba, non vorremmo mai smettere di ascoltarla.



Roberta **GUIDI**

Diplomata in Pianoforte, in Canto e in Musica Vocale da Camera.
Ha approfondito la relazione sul suono della voce concludendo la formazione del Metodo Lichtenberg e da più di vent'anni approfondisce tematiche che riguardano l'essere umano nella sua espressione vocale, seguendo in particolare il pensiero antroposofico di Rudolf Steiner.
Ha concluso la formazione in Arte della Parola a Bologna. Svolge intensa attività didattica con adulti e bambini. Formazione in Chirofonetica svolta a Milano.

Un appuntamento per rinnovare il legame con le Notti Sante sostenuti dalle poderose immagini poetiche del viaggio spirituale di Olaf Åsteson

Produzione MusicaLimen Torino

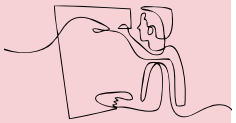
Martedì

22 Dicembre

18.30 - 19.00

Aperto a tutti
a donazione
libera





Arti pittoriche

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Geroglifici dello Zodiaco

Premessa

Lavorare sullo Zodiaco è un'esperienza complessa che proveremo ad affrontare vivendo questa "corona zodiacale" come un grande mistero da esplorare attraverso l'arte.

Le costellazioni non sono solo stelle lontane, ma Esseri spirituali vivi che danno impulsi da lontane regioni del cosmo ed hanno riflesso e relazione su pianeti, elementi, regni della natura e sull'uomo.

Ogni segno dello Zodiaco è un riverbero del cielo che vive nel nostro animo; una splendida possibilità per entrare in relazione con la complessità del cosmo fuori e dentro di noi.

«*Nulla vi è nel mondo che non sia anche nell'uomo. L'uomo è come un geroglifico del cosmo*». Rudolf Steiner

Le mete

Entreremo in ogni segno come in una soglia segreta per conoscere meglio noi stessi, trasformando le forze delle costellazioni in forme, tinte e segni sulla carta.



Tiziana **ZONCADA**

Architetto, abilitata all'insegnamento presso l'Accademia di Brera, attualmente docente di arte, falegnameria, disegno e storia dell'arte nel liceo scientifico Waldorf di via Clericetti a Milano.

Diplomata in Arteterapia Antroposofica presso Cinabro, abilitata all'insegnamento del Disegno di Forme terapeutico, membro dell'ARTE.A (Associazione Professionale Arteterapeuti Antroposofi), collabora con scuole e formazioni come docente ed esercita come arteterapeuta professionista in collaborazione con medici e psicologi a Milano.

Il Laboratorio si articola su 4 incontri pomeridiani

Lavoreremo con linea, segno e superficie con il disegno dinamico, la trama dei segni a volte con il chiaroscuro e qualche esperienza di colore.
Il Cenacolo di Leonardo da Vinci come capolavoro rimarrà sull sfondo delle nostre osservazioni.

Non sono necessarie competenze pregresse o abilità particolari se non la volontà di mettersi in gioco e accogliere ciò che arriva dal segno, dalla linea.

Sabato **6 Febbraio** • ore **15.30 - 18.30** 1° incontro	
Sabato **13 Febbraio** 15.30 - 18.30	
Sabato **27 Febbraio** 15.30 - 18.30	
Sabato **13 Marzo** 15.30 - 18.30	



Artigianato

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Rammendo creativo migliorativo

Premessa

«*Rammendare è una pratica gioiosa e meditativa, un piccolo atto di ribellione in un mondo in cui molte cose vengono scartate senza pensarci. È un invito a cambiare le nostre abitudini di consumo, celebrare uno stile di vita sostenibile e consapevole, abbracciare l'imperfezione, praticare la pazienza. Un gesto che non solo rafforza l'oggetto che stiamo riparando, ma anche noi stessi.*

Rammendare è un atto potente che mira a riparare i nostri vestiti ma anche i nostri rapporti con il mondo. Rammendiamo con gratitudine onorando tutto ciò che è stato fatto per realizzare i nostri indumenti, le persone che ci hanno lavorato, gli animali e le piante che hanno contribuito alla produzione delle fibre tessili». (Sonia e Nina Montenegro)

Le mete

Ricamare dove c'è stato un danno, riempire buchi e farli fiorire.
Non è solo un recupero per non buttare via, ma un modo di curare e rinnovare perché tutto è riparabile, e può essere molto divertente farlo!
Rammendo = riparo
Creo = facendo creo e mi ricreo
Miglioro = rendo più forte e più bello



Franca
MONTANGERO

Appassionata di lavori manuali
Esploratrice di erbe e materiali naturali
Artigiana di presepi.
Conduce piccoli laboratori per bambini e adulti presso le scuole steineriane.

Il Laboratorio artigianale
si articola su 3 incontri preserali

Ciascuno deve portare il capo su cui intervenire, del filo di cotone sottile dello stesso colore o fili di colore contrastante a piacere, poi aghi e forbicine.

Non sono necessarie competenze pregresse o abilità particolari se non la gioia di fare.

Incontri aperti a tutti
a donazione libera

Martedì **16 Febbraio** 18.00 - 19.30	
Martedì **23 Febbraio** 18.00 - 19.30	
Martedì **2 Marzo** 18.00 - 19.30	



Danze cosmiche

Cicli formativi **Creati** ad **Arte**

Danziamo con le stelle

Premessa

La danza cosmica, sviluppata da Robert Powell – euritmista, terapeuta del movimento – è una danza accompagnata dalla musica e dal movimento, che coinvolge il corpo, l'anima e lo spirito, con l'intenzione di allinearsi armoniosamente con il mondo spirituale-cosmico. Conduce a un'esperienza vivente della terra e del cosmo espressa attraverso i movimenti dei pianeti sullo sfondo dello Zodiaco. È un'esperienza vivente del cosmo.
Apre una porta d'accesso a una nuova saggezza delle stelle.

Le mete

Sperimentiamo l'armonia che si viene a creare nei movimenti e nei gesti quando entriamo in contatto con l'atmosfera dei Pianeti intorno alle dodici Costellazioni.
Musiche tratte dal repertorio classico indicate da Robert. Powell.-



Paolo
BINAGLIA

Operatore olistico, approfondisce da tutta la vita l'aspetto meditativo delle filosofie spirituali.
L'incontro con Robert Powell lo tocca nel profondo, e con lui studia, riconoscendo nelle Danze Cosmiche una via per approcciarsi al mondo delle stelle congeniale al suo personale percorso.
Ha conseguito il Diploma alla scuola di Choreocosmos di Powell, frequentando corsi in Italia e Germania. Conduce corsi di Danze Cosmiche in Umbria.

Il Laboratorio di danze cosmiche
si articola su 4 incontri pomeridiani

Il laboratorio è abbinato al corso di Astrosophia, è pertanto indispensabile iscriversi.

Incontri collegati al gruppo di Astrosophia e aperti a tutti

Domenica **22 Novembre** 14.00 - 16.00	Domenica **30 Maggio** 14.00 - 16.00
Domenica **14 Marzo** 14.00 - 16.00	
Domenica **17 Gennaio** 14.00 - 16.00	