

## **Formazione continua organizzata dall'ASOB**

### **Ateliers « Parliamo Ortho-Bionomy® »**

***Sabato 14 novembre 2020***

Cari membri,

In seguito alle riflessioni e alle raccomandazioni ricevute dal gruppo di lavoro « promozione dell'Ortho-Bionomy® » si è verificato che trasmettere, spiegare e o promuovere i valori e i benefici che genera l'Ortho-Bionomy® non è così scontato !

Per questo motivo, il comitato ha incaricato un nostro membro, Stéphan Benassi, di proporvi una giornata di scambio inerente alla promozione dell'Ortho-Bionomy® . Durante questa giornata, Stéphan Benassi, condividerà con voi gli ateliers che già propone nella sua pratica.

Lo scopo di questi ateliers è far scoprire e sentire gli effetti a un più ampio pubblico di come agisce l'Ortho-Bionomy® .

Alla fine di questa giornata, partirete con un pacchetto « chiavi in mano » di due ateliers contenenti degli esempi concreti e facili da dimostrare.

Per la traduzione lo accompagnerà Catalina Munera

---

Stephan Benassi vi mostra come lui stesso anima i suoi ateliers. Questo vi permetterà di assimilarli totalmente.

A fine corso i supporti agli ateliers saranno a vostra disposizione. Potrete poi personalizzarli e applicarli direttamente nella vostra pratica giornaliera e sarete in grado di organizzare voi stessi degli ateliers di approccio all'Ortho-Bionomy®.

### **Programma :**

#### **Trasmettere l'approccio all'Ortho-Bionomy® / 1° parte**

Riflesso 1 – Riconoscere lo squilibrio

- Breve presentazione sulla nostra capacità di ritrovare lo stato di equilibrio chiamato « HOMEOSTASIA »
- Come i nostri ritmi, i nostri automatismi, le nostre abitudini, ecc., fanno scivolare pian, piano il nostro corpo verso lo squilibrio.
- Come con gesti di grande « semplicità », senza l'ausilio di accessori, potete fare un « reset » globale del vostro corpo.

**Trasmettere l'approccio all'Ortho-Bionomy® / 2° parte**

Riflesso 2 – Verso il benessere

- Revisione del protocollo « reset » del corpo dell'atelier « Riflesso 1 »
- Una più precisa presa di coscienza della nostra capacità di auto-regolazione. Tramite delle mini posture e posizionamenti del nostro corpo, magari quando siamo fermi in automobile (al semaforo rosso), sui mezzi pubblici o attivi sul nostro posto di lavoro.
- Molteplici sequenze da praticare facilmente in ogni luogo.

**Iscrivetevi al più presto. Ultima scadenza 1. Ottobre 2020 tramite il formulario allegato**

**Data :**

Sabato 14 novembre 2020

**Durata :**

un giorno dalle 9h00 alle 18h00  
*(corrisponde a 8 ore di formazione  
continua in OB)*

**Portare :**

l'occorrente per scrivere

**Tariffa :**

80.-

**Dove :**

Spazio Aperto  
Via Gerretta 9A  
6500Bellinzona

**Formulario d'iscrizione**

**Formazione continua riconosciuta dall'ASOB**

**Ateliers « Parliamo Ortho-Bionomy® »**

**Sabato 14 novembre 2020**

- Mi iscrivo alla formazione e verso la somma di fr. 80.- sul conto dell'ASOB (CCP 65-7080-4 / IBAN CH 25 0900 0000 6500 7080 4) a conferma della mia partecipazione.

Cognome : ..... Nome : .....

Telefono: ..... Email: .....

Data : ..... Firma : .....

Grazie di ritornare il formulario d'iscrizione **entro il 1° ottobre 2020**, per e-mail o per posta all'indirizzo seguente:

**Sonja Bourgoïn**  
**Via Trisnera 29**  
**6616 Losone**  
[bourgoinsonja1@gmail.com](mailto:bourgoinsonja1@gmail.com)