



corpovivo

news

*Informazioni, appuntamenti e curiosità per
un benessere globale*

www.corpovivo.it

Settembre - Ottobre 2008

NOTIZIE corpovivo

Care amiche e cari amici, eccoci di nuovo al consueto appuntamento, con qualche novità, anche nella pubblicazione, che avrà cadenza bimestrale.

Il Centro riapre dopo le vacanze, non aspettate di perdere tutti i benefici del riposo estivo, veniteci a trovare per rinnovare il relax e rigenerare corpo, mente e spirito in un piacevole spazio di benessere.

Regalarsi un'ora ogni tanto non è impossibile! Vi aspetto ☺

CALENDARIO corpovivo

Sessioni individuali



**MASSAGGIO
RILASSAMENTO
RESPIRO**

🕒 Tutti i giorni su appuntamento

Gruppi (max 8 persone)



MEDITAZIONE

⚙️ 23/09 28/10

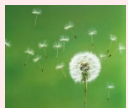
🕒 10,00-12,00 o 21,00-23,00



TOCCO AFFETTIVO

⚙️ 21/09 18/10

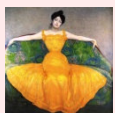
🕒 14,30-19,00



RESPIRO E RILASSAMENTO

⚙️ 17/09 22/10

🕒 10,00-12,00 o 21,00-23,00



LA STANZA DI CONVERSAZIONE

⚙️ 15/09 14/10

🕒 21,00-23,00

informazioni: www.corpovivo.it/eventi

iscrizioni: 349.53.91.763 - lauravilla@corpovivo.it

UNA GITA AL BUCO DEL PIOMBO - Albavilla

(Erba - CO)

Tel. 031.62.95.99 - 338.305.33.23



Sito archeologico e naturalistico, meta di villeggianti e studiosi sin dall'800.

Si tratta di un'imponente caverna nella roccia calcarea la cui entrata è colossale, paragonabile per dimensioni al Duomo di Milano. All'interno resti di interesse paleontologico ed utensili dell'era palaeolitica. Nell'androne si ergono mura risalenti al 500: la grotta fortificata serviva da rifugio durante le guerre.

Visite guidate sino all'ultima domenica di ottobre - sabato dalle 14 alle 18 e domenica dalle 10 alle 18. Consigliati scarponcini da montagna e torcia. Temperatura interna 10°.

LA LUNA

Calendrier Lunaire Diffusion - www.calendrier-lunaire.fr

SETTEMBRE

● lunedì 15 ☾ 11,14

● lunedì 29 ☾ 10,13

I GIORNI PER:

prevenire la caduta 1-8-26

Taglio infoltire e rinforzare 18-19-26

capelli prevenire doppie punte 22-23-24-26
giorni sconsigliati 7-12-14-25-27

Depilazione buoni 1-2-3-4-5-6-7-29-30
ottimi 22-23-24-25-26-27-28

OTTOBRE

● martedì 14 ☾ 22,04

● mercoledì 29 ☾ 00,15

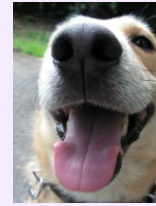
I GIORNI PER:

prevenire la caduta 23-24-25

Taglio infoltire e rinforzare 16-23-24-25

capelli prevenire doppie punte 19-21-22-23-24-25-26
giorni sconsigliati 10-12-18

Depilazione buoni 1-2-3-4-5-29-30-31
ottimi 19-20-21-22-23-24-25-26-27-28



Il punto di vista della Medicina Tradizionale Cinese su: IL NASO

Le narici sono l'apertura verso l'esterno di Polmone, se l'energia del naso è in armonia, si può veramente aspirare il profumo della vita. Sotto il profilo simbolico il naso controlla il passaggio tra vita materiale e vita sottile. "La luce dello spirito si aspira dal naso e, all'atto della morte, abbandona il corpo dal naso e dalla bocca." È dunque fondamentale non trascurare il proprio naso. Impariamo a curarcene mantenendolo pulito con delicatezza, magari con piccoli sciacqui con soluzione fisiologica. Nel nostro mondo affrettato spesso dimentichiamo di sentire "il profumo della vita", in realtà uno dei massimi piaceri. Ricordiamoci ogni tanto di ascoltare il nostro naso, vi sembrerà impossibile, ma vi assicuro che anche a Milano è possibile sentire profumi ed odori buoni. Provateci ogni tanto.

IL LIBRO

La sindrome degli antenati - Anne Ancelin

Schützenberger - Di Renzo Editore

Terapista ed analista, dopo oltre quarant'anni di esperienza, l'autrice espone il suo interessantissimo approccio psicogenealogico alla psicoterapia. Siamo semplici anelli di una catena di generazioni, e spesso non abbiamo scelta, diveniamo vittime di eventi e traumi già vissuti dai nostri antenati.

Riflessioni, considerazioni, statistiche e casi clinici, una raccolta di dati veramente "impressionante" nel senso reale del termine: non si può non restare impressionati, colpiti e fermarsi a riflettere sulla propria vita ... e sui propri antenati. Uno strumento molto interessante per guardarsi attraverso una prospettiva più ampia, per recuperare le radici, per riconoscere e sciogliere meccanismi ripetitivi che non appartengono a noi. Unico neo: l'autrice è una scienziata, non una scrittrice, non sempre la scorrevolezza è vincente, ma vale certamente la pena essere disponibili a proseguire la lettura.



LA NATURA DEL MESE: I FICHI

Fonte squisitamente dolce di vitamine, ferro, potassio, fibre e oligoelementi (manganese, calcio, nichel).

Moderatamente lassativi.

Absolutamente necessari nei regimi vegetariani e vegani.

Torta di segale e fichi:

tagliuzzate 600g di fichi molto maturi, aggiungete 350g di farina di segale, 2 uova, 4 cucchiaini di zucchero integrale, 1 bicchiere di succo di limone, una bustina di lievito naturale per dolci. Impastate per 5 minuti e versate in uno stampo a cassetta imburrato, cuocete a 150° per 45 minuti.

(Cucina Naturale)

