



2019
dal **12 ottobre**
al **30 novembre**

SABATO 
Villa

Un tè con... | Giochiamo sul serio

sabato 12 ottobre

ore 16,30 ► GIOCHI DI CAPOEIRA

ALICE BERCHEUX - Insegnante di Capoeira Laboratorio di Capoeira | 6-10 anni
La Capoeira è un'arte afro-brasiliana che racchiude una molteplicità di elementi: gioco, lotta, danza, musicalità. Attraverso la pratica del movimento al ritmo della musica, i bambini imparano a sviluppare un dialogo corporale con gli altri, esprimendo la propria creatività.
> Contributo 5 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► BULLISMO E CYBERBULLISMO

Come riconoscere i segnali e combattere il fenomeno
MARIA BENEDETTA ATTI - Psicologa esperta in psicologia scolastica, psicoterapia familiare e relazionale
Creare delle relazioni adeguate e soddisfacenti è una delle difficoltà maggiori che i bambini e gli adolescenti si trovano a dover affrontare. Il bullismo e il cyberbullismo sono fenomeni che si verificano di frequente nonostante l'attenzione sul problema sia alta. Un incontro rivolto ai genitori dei ragazzi per condividere episodi o esperienze, fare chiarezza sul fenomeno e individuare le possibili strategie per prevenire o gestire le problematiche connesse.
> Con l'infuso speciale cacao e menta

sabato 19 ottobre

ore 16,30 ► FOGLIE NELLE CIOTOLE

ALESSANDRA STIVANI - Scultrice Isola della Creta laboratorio con la creta | 4-10 anni
Impastare, modellare, fare, decorare, tra foglie, terra e creta. I bambini modelleranno delle piccole ciotole di terracotta con le prime foglie autunnali cadute che lasceranno la loro impronta al loro Interno.
> Contributo 5 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► BURN-OUT SUL LAVORO

Come prevenire o superare il disagio
CHIARA GIACOMETTI e **SERENA FIORINI** entrambe Psicoterapeute sistemiche Associazione C.I.P.E.S.
La parola burnout, letteralmente, significa esaurimento o surriscaldamento. Il fenomeno si verifica quando si è sottoposti a uno stress prolungato maturato in un contesto lavorativo, che provoca un logorio psicofisico e conseguenze negative non solo nella vita lavorativa ma nell'intero sistema delle relazioni personali. Partendo dalla moderna letteratura scientifica si illustreranno i principali campanelli di allarme per poi approdare alle possibili strategie di intervento indirizzate alla persona e all'ambiente di lavoro.
> Con l'infuso speciale robois e vaniglia

sabato 26 ottobre

ore 16,30 ► MAGIC YUMMY ENGLISH – Reading & Cooking

ROSSELLA DE LEO Hocus & Lotus Magic Teacher - Hocus & Lotus Magic Teacher | Laboratorio di inglese | 4-10 anni
(Laboratorio per tutti, anche per chi non ha mai fatto lezioni o attività in lingua inglese) Cuciniamo storie...in lingua inglese: letture ad alta voce da "gustare" con picture books e libri tattili. Un viaggio nel mondo magico della lingua inglese, alla ricerca di ricette tratte dai capolavori della letteratura per l'infanzia. Le storie prenderanno vita in cucina, i bambini si trasformeranno in "Little Chef", attivando immaginazione e creatività, usando tutti i loro sensi e allenando la motricità fine.
> Contributo 5 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► IL COMPLESSO APPARATO GASTROINTESTINALE

Sintomi, sensibilità al glutine, quando rivolgersi allo specialista
ROBERTA GIULIANI - Farmacista esperta in Medicina Funzionale, Direttrice Farmacia di Zola
Sempre più frequentemente si soffre di disturbi intestinali (quali dissenteria alternata, costipazione o gonfiore costante) oppure di digestione lenta o incapacità di capire da cosa sia cagionato il disagio, fino a non sapere cosa poter mangiare per evitare fastidi conseguenti. Negli ultimi tempi si parla molto di intolleranza al glutine, che causerebbe molti disturbi gastrointestinali. È fondamentale ricercare le cause del problema prima poi, con l'aiuto degli esperti, individuare le possibili soluzioni. I suggerimenti della medicina funzionale.
> Con l'infuso erboristico delicato e depurativo ortica e tarassaco

sabato 9 novembre

ore 16,30 ► FANTASIE DI PONGO

GIANNI VICECONTE - Atelierista Prologo di Zola Predosa
Creazioni artistiche col pongo | 5-10 anni
Il pongo è un materiale duttile che già i bambini utilizzano per creare varie forme. Il maestro insegnerà una nuova forma d'arte creando insieme ai bambini quadretti con tema paesaggi e soggetti floreali in 3D che i piccoli artisti porteranno a casa.
> Contributo 2 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► L'INTELLIGENZA EMOTIVA

Come integrare emozioni e razionalità per prendere decisioni sagge
MARTA TREVISAN - Psicologa del Lavoro e Coach con credenziali ICF
Abbiamo imparato a considerare le emozioni come pericolose, perché le viviamo come ingovernabili, come qualcosa che ci rende vulnerabili, come intronissioni che ci distraggono dall'intento di fare scelte sagge. Che cosa potrebbe succedere, invece, se iniziassimo a trattare le emozioni non più come un ostacolo, ma come risorse per aumentare la nostra consapevolezza, comprendere meglio le relazioni che stiamo vivendo e per essere meno impulsivi?
> Con l'infuso speciale cannella e cardamomo

sabato 16 novembre

ore 16,30 ► GIOCANDO CON IL CORPO E LA MENTE

ORNELLA DI PIETRO - Insegnante di yoga e medico
LUCA ZANETTI - insegnante di filosofia per bambini e dottorato in filosofia
Laboratorio di filosofia e yoga per bambini | 6-10 anni
L'unione tra le posizioni dello yoga e i temi della filosofia permette ai bambini di giocare con il corpo e con la mente, di sentire e di pensare le forze opposte che li attraversano e anche di cercare un equilibrio tra la calma e l'irrequietezza, tra la forza e la dolcezza.
> Contributo 5 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► L'ARTE DELLA GUERRA APPLICATA ALLA VITA DI TUTTI I GIORNI

Tecniche mentali ed emotive per difenderci tutti i giorni in un mondo in perenne battaglia
GABRIELE BOVINA - Medico | Psicoterapeuta | Esperto in Agopuntura e Medicina Cinese
L'essere umano ha la capacità innata di difendersi per preservare la vita e il benessere proprio e altrui. Tuttavia, solo chi sa gestire in modo strategico questo istinto alla difesa può farne buon uso. Chi invece cede alle lusinghe della guerra rischierà di trasformare la propria volontà di difendersi in un pericoloso strumento di attacco. Partendo da un testo divenuto mitico, verranno suggerite alcune tecniche per difendere con arte la nostra vita e quella delle persone a noi care.
> Con l'infuso speciale arancia e peperoncino

sabato 23 novembre

ore 16,30 ► SATURDAY MUSIC FEVER

MARCO LOLLI - Atelierista
Laboratorio di musica per bambini | 5-10 anni
Comunicare ed esprimersi con i suoni, il rumore, la voce, il silenzio...L'attività è volta alla scoperta e sperimentazione di diversi strumenti musicali, per creare infine una Jam Session dove ciascuno/a avrà la possibilità di improvvisare brevi sequenze ritmico-melodiche, scoprendo il piacere di fare musica insieme. La musica apre la mente all'immaginazione...Stay'n' Alive!!!
> Contributo 5 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► LA MEDIAZIONE CIVILE
Un approccio olistico di fronte ai conflitti familiari e sociali

ANA UZQUEDA - Avvocato mediatore sociale, familiare e civile
La mediazione familiare è una disciplina professionale trasversale che utilizza conoscenze proprie alla sociologia, alla psicologia e alla giurisprudenza. È rivolta alle coppie ed è finalizzata a riorganizzare le relazioni familiari in presenza di conflitto o volontà di separazione del nucleo genitoriale. Si illustrerà come l'approccio della mediazione, concentrato sull'intero sistema famiglia, non solo sulla coppia, risulti efficace nell'obiettivo di ristabilire un nuovo equilibrio familiare a tutela del rapporto genitori-figli.
> Con l'infuso speciale zenzero e cocco

Sabato 30 novembre

ore 16,30 ► GLI ORIGANTI

PATRIZIA PIDALÀ - Psicomotricista
Laboratorio di origami giganti | 4-10 anni
Un'avventura ambientata nel lontano Oriente, fogli di carta, mani, piedi, pieghe, immaginazione. L'intento è di valorizzare la relazione tra i bambini arrivando a creare un origami gigante in collaborazione, con cui poter giocare insieme.
> Contributo 5 € - Iscrizione Obbligatoria *

ore 17,00 ► LA PREVENZIONE A TAVOLA
C'è un nesso tra l'alimentazione e la malattia. Illustrazione delle evidenze scientifiche

MARIA ELENA CAFAGNA - Biologa Nutrizionista
Sono sempre di più le evidenze scientifiche che mostrano una relazione tra alimentazione e patologie più frequenti in larghe fasce di popolazione. Secondo un'attenta valutazione dei risultati che la ricerca ad oggi ci offre, gli esperti pongono alcune raccomandazioni su alimentazione e stili di vita per la prevenzione dei tumori a livello individuale, cui corrispondono altrettanti specifici obiettivi di sanità pubblica. Vedremo come sia possibile contrastare gli effetti della malattia, o prevenirla del tutto, seguendo alcune preziose regole.
> Con l'infuso erboristico delizioso e antiossidante karkadè-goji

La Mandria Spazio Atelier organizza attività, eventi, laboratori per bambini e adulti condotti da educatori e atelieristi esperti selezionati dalla Cooperativa Tatami. Alcuni dei laboratori qui presentati, saranno riproposti nella programmazione delle attività de La Mandria Spazio Atelier.

Visita il sito lamandria.it o i canali social @lamandriazolapredosa o Instagram



E'una rassegna di
Conferenze a cura di esperti per conoscere o raccogliere suggerimenti per il proprio benessere nella vita quotidiana, accompagnate da un buon infuso caldo.

INGRESSO GRATUITO
(comprese degustazioni)
PRENOTAZIONE CONSIGLIATA
(per posti al tavolo limitati)

UN
TÈ
CON



GIOCHIAMO
SUL SERIO

è una rassegna di **Laboratori ludico-creativi** per bambini dai 4 ai 10 anni preceduti da una piccola merenda offerta

** I minori iscritti ai laboratori (4-10 anni) possono essere affidati agli atelieristi previa delega sottoscritta al momento.*

Iscrizione obbligatoria su www.villagaragnani.it



SPAZIO GIOCO 0-3

Disponibile uno spazio dedicato ai bambini più piccoli



Dove

Villa Edvige Garagnani
via Masini, 11 - Zola Predosa

Prenotazione Online
su www.villagaragnani.it

Prenotazioni telefoniche
Ufficio IAT Colli Bolognesi
Tel. 366-8982707

*Un'iniziativa del Comune di Zola Predosa,
Servizio Cultura, nell'ambito di "Zola Fa Cultura 2019".*

*Si ringraziano per il contributo e partecipazione
gli esperti di "Un tè con"*

I laboratori di "Giochiamo sul serio" sono organizzati da:



Grazie al contributo di

zola **fa** cultura

2019



Nuova Star s.p.a.
HOUSEHOLD APPLIANCE HINGES