

## ***Laboratorio esperienziale:***

### ***L'ASCOLTO, LA VOCE E LO SPECCHIO***

#### **Durata**

2 ore

#### **Numero partecipanti**

8- 18 persone

#### **Breve descrizione**

Ogni persona vive emozioni e sentimenti che spesso non riconosce e non elabora: affrontarli in modo creativo può aiutare ad avere uno sguardo più chiaro verso la propria persona e portare ad una maggiore consapevolezza di sé.

La voce e l'ascolto sono strumenti molto potenti attraverso i quali è possibile intraprendere il viaggio verso se stessi.

Questa esperienza però è tale solo se "con-divisa" con l'altro che, come uno specchio, riflette la propria immagine.

#### **Costo**

15 euro

#### **Il laboratorio**

Viene tenuto da Alan Semilia musicista e cantante, diplomato in musicoterapia presso il CMT di Milano e Magister nel modello di terapia non verbale Benenzon.

Lavora come musicoterapeuta nel campo dell'autismo e della disabilità, da cinque anni si occupa di pedagogia musicale con bambini da 0 a 5 anni.