

LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

Incontro “Trasgredire per stare bene”

Redazione · Monday, February 13th, 2017

Riceviamo e pubblichiamo

Giovedì 16 febbraio presso la sala Carolina Albasio l'associazione Donne per Castellanza propone una serata al femminile in cui le specialiste di Humanitas Carabelli L. dietologa, Corradini E. ginecologa, Bernadini E. ostetrica, Franchi P. psicologa e Pirali B. endocrinologa propongono una serata intitolata: "TRASGREDIRRE PER STARE BENE: BENESSERE MENTALE, EQUILIBRIO ORMONALE, ALIMENTAZIONE E SESSUALITÀ".

I corretti stili di vita utili al raggiungimento della salute vengono spesso proposti come una serie di prescrizioni, regole a cui adattare la nostra vita: uscire da questi confini è un attentato al benessere.

Una serie infinita di doveri che se trasgrediti ci condannano, attribuendoci la totale responsabilità della nostro malessere fisico ed interiore.

Se per essere sani e felici è sufficiente aderire ad un programma perchè è così difficile attenersi alle regole?

E poi è vero che la trasgressione è fonte solo di guai?

Trasgredire rappresenta il proiettarsi oltre un limite, ma come funzionano il corpo e la mente?

La trasgressione può rappresentare il momento di passaggio ad un nuovo benessere?

E l'elemento del “piacere” dove si colloca?

Quello che proponiamo è un viaggio attraverso l'analisi di alimentazione, psiche, cervello, sessualità.

Dal “nostro” punto di vista la trasgressione può rappresentare il passaggio attraverso cui raggiungere il benessere inteso come una danza su musiche sempre nuove e non come uno statico punto di arrivo.



This entry was posted on Monday, February 13th, 2017 at 6:48 pm and is filed under [Eventi](#)
You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a

response, or [trackback](#) from your own site.