



Anno scolastico:
2016-2017

Su richiesta di diverse persone viene riproposta la conferenza/laboratorio

**IL POTERE DELLA RESPIRAZIONE CONSAPEVOLE NELLA GESTIONE DELL'ANSIA E NEL
POTENZIAMENTO DELLA CONCENTRAZIONE ED ATTENZIONE**

MARTEDI' 14 MARZO dalle ore 14.00 alle 17.00

presso la Sala Riunioni dell'ISIS "A. Malignani"

L'intervento è aperto a tutte le persone interessate, studenti, genitori, docenti e personale ATA. La relatrice sarà la dott.ssa Ilaria Forte, medico omeopata e naturopata è specializzata in tecniche di respirazione HQI, finalizzate al miglioramento della qualità della vita e alla promozione del ben-essere e della positività della persona. Durante la conferenza sarà possibile sperimentare alcune tecniche di respirazione consapevole, utilizzabili in vari contesti per scaricare le tensioni e/o potenziare la concentrazione.

Ilaria Forte

Laureata in Medicina e Chirurgia a Trieste nel 1993, ha frequentato il corso di Omeopatia e Naturopatia presso l'Istituto Superiore di Medicina Olistica, Urbino (1993-1996). Dal 1997 è ricercatrice nel campo della metodologia H.Q.I. Human Quality Improvement basata sull'utilizzo terapeutico del respiro. Ha collaborato con diversi medici e psicologi prima di fondare nel 1998 il Centro di Salute Integrata B.E.S. Srl, centro pilota europeo in ambito H.Q.I. Dal 2001 al 2005 è stata Docente di alimentazione, biotipologie e temperamenti presso la scuola di Naturopatia H.Q.I. Human Quality Improvement (Udine). Dal 2003 al 2006 ha frequentato la Scuola di Omotossicologia e Medicina Integrata a Udine e Milano. Attualmente è docente presso la Scuola di Counselling Naturopatico di Udine. Tiene conferenze e seminari su tematiche riguardanti la prevenzione e la cura di problematiche inerenti alla salute. E' sostenitrice dell'approccio olistico al disagio psicofisico in cui vanno individuate le cause energetico-emozionali, oltre a quelle prettamente organiche.



Indicizzazione Robots:
SI

Sedi:

- [Sede Centrale](#)

Contenuto in:

- [Formazione](#)
- [News](#)
- [Comunicazioni Studenti](#)
- [Comunicazioni Genitori](#)
- [Comunicazioni Docenti](#)
- [Comunicazioni Personale ATA](#)

Inviato da admin il Gio, 02/03/2017 - 15:50

Source URL (modified on 02/03/2017 - 15:55): <http://web.malignani.ud.it/comunicazioni/news/conferenza-esperienziale-sul-potere-della-respirazione-consapevole>