



# Yoga in Fiore®

Corso di formazione annuale per insegnanti  
Yoga per Bambini 2022

PROGETTO DI PAOLA BEZZO CON RICONOSCIMENTO CSEN/CONI E MIUR

# Dove...come...perchè

- Moimacco/ud presso Officina5
- 6 week end più una sessione per la prova finale
- Dalle 9,00 alle 18,00
- Prerequisito: tanta voglia di mettersi in gioco
- Crediti: per tutti un diploma Yoga in Fiore riconosciuto dallo CSEN, per le docenti di ruolo la possibilità di usare la carta docenti

# Cosa faremo e impareremo

- - Cos'è lo yoga, (origine, benefici).
  - Perché proporlo ai bambini.
  - Come proporre lezioni yoga complete per bambini.
  - Lezione di yoga per adulti e di yoga nidra
- - Mindfulness
  - Giochi teatrali
  - Giochi dinamici
  - Giochi con la musica
  - Lezioni di biodanza
- Gestione delle emozioni

# Metodi di insegnamento

- 100 ore di pratica e 20 ore di teoria
  - Dimostrazioni pratiche
  - Progetti individuali e di gruppo
  - Laboratori

# Programma

Week end	Argomenti	Docenti
5 e 6 febbraio	Yoga bambini Mindfulness Yoga adulti/Nidra	Paola Viviana Tuuli
26 e 27 febbraio	Yoga bambini Yoga adulti/Nidra Circo, giochi dinamici	Paola Tuuli Marianna
19 e 20 marzo	Musica Yoga bambini Yoga adulti/Nidra	Stefano Paola Tuuli

# Programma

Week end	Argomenti	Docenti
9 e 10 aprile	Biodanza Yoga adulti Yoga Bambini	Nevia Tuuli Paola
7 e 8 maggio	Yoga bambini Yoga adulti/Nidra Azione creativa	Paola Tuuli Elena
11 e 12 giugno	Psicologia Yoga bambini	Silviana Paola
1 ottobre	Prova finale	

# Informazioni di contatto dei docenti

- Paola Bezzo [paolabezzo.reb@gmail.com](mailto:paolabezzo.reb@gmail.com)
- Silvana Sansoni [silvisun2003@yahoo.it](mailto:silvisun2003@yahoo.it)
- Tuuli Nevasalmi [tuuli.nevasalmi@gmail.com](mailto:tuuli.nevasalmi@gmail.com)
- Marianna Fontanelli [duomame@email.it](mailto:duomame@email.it)
- Stefano Andreutti [s.andreutti@libero.it](mailto:s.andreutti@libero.it)
- Nevia Avian [veetavrati@gmail.com](mailto:veetavrati@gmail.com)
- Viviana Capurso [vivianacapurso@yahoo.it](mailto:vivianacapurso@yahoo.it)
- Elena Finessi [elenafinessi1@gmail.com](mailto:elenafinessi1@gmail.com)



# Paola Bezzo

- Insegnante Yoga per l'infanzia
- Rebirther Transpersonale

*L'amore per i bambini si coniuga con quello dello yoga e del rebirthing dando vita a «Yoga in Fiore»*

*Lavorare con i bambini mi aiuta a credere in un mondo migliore!*

*'Respirare' mi dà la fiducia che questa prospettiva possa realizzarsi!*





# Tuuli Nevasalmi

- Insegnante yoga adulti

*«Lo Yoga per me è stato uno di quegli incontri importanti dove riconosci subito che farà parte della tua vita, anche se per trovare la mia scuola ed il mio insegnante ci ho impiegato tanti anni. Lo Yoga mi aiuta a trovare me stessa, attraverso il benessere e l'armonia del corpo che crea. «*



# Viviana Capurso

- Insegnante Mindfulness per adulti e bambini



*“Ho trasformato la mia passione, la meditazione Mindfulness, in lavoro e mi sento di descriverla con due aforismi:*

*Con le parole di Woody Allen, » penso che abbiamo una sola vita, ma se sappiamo godercela, è più che sufficiente. «*

*Con le parole della scrittrice Erma Bombeck, « penso che nella vita bisognerebbe mangiare meno formaggio magro e più gelato.»*

*Credo che con la meditazione Mindfulness ci possa imparare a vivere ogni singolo momento, gustandolo fino in fondo, senza lasciarne nemmeno una briciola. “*

# Marianna Fontanelli

- Artista di strada
- Fondatrice con Marcello del Duo Ma-Mè

*« Fin da piccola ero innamorata delle arti circensi, decidendo di renderle infine una professione, grazie agli studi compiuti in diverse scuole di circo. Attualmente mi occupo sia di spettacolo sia dell'insegnamento del piccolo circo.»*





# Silviana Sansoni

- Psicologa
- Mediatrice familiare
- Rebirther



*«Più che con i problemi delle persone, ritengo di lavorare con le loro risorse e questo viaggio, che qualcuno ha definito “archeologia del futuro”, si rivela ogni giorno assolutamente affascinante.»*

# Stefano Andreutti

- Musicista, percussionista
- Fondatore della Percussiva

*«Quando suoniamo percussioni in gruppo condividendo il nostro spirito nella forma del ritmo, questo trasforma le nostre relazioni. «*



# Elena Finessi

- Artista di danza e teatro
- Insegnante yoga per bambini



*«Nasco e cresco con una grande passione per l'arte ed ogni forma d'espressione in generale.  
Per me bellezza è comunicazione, e credo in tutti quei canali che permettono d'interagire  
con se stessi, con gli altri e con l'ambiente.»*

# Nevia Avian

- Insegnante Biodanza per adulti e bambini

*« Danzare è sempre stato il mio sogno, sin da bambina, ma non mi piacevano i movimenti strutturati e con la Biodanza ho trovato la giusta mediazione corporea per stare bene con me stessa e con il mondo, danzando ed esprimendo attraverso il movimento le mie emozioni e la mia identità. »*

