



ASSOCIAZIONE CULTURALE “LA GATTA”
Attività svolte dal 1995 al 2006

L’Associazione Culturale “La Gatta” nasce nel 1995 per proporsi nel sociale con attività mirate al vivere meglio.

E’ presente dal 1995 nel territorio di Mestre e dintorni coprendo l’area di Mogliano V.to .
Scopo di questa attività è la ricerca dell’armonia.....

La Gatta è un felino simbolo di libertà e mistero ed è anche il nome della strada in cui si è aggregato il gruppo che ha dato vita all’Associazione.

Scopo dell’Associazione è creare dei momenti di incontro per imparare e sperimentare assieme insegnamenti e metodi utili a tutti, per approfondire la conoscenza del nostro essere individuale e armonizzare il nostro rapporto con la natura e con i nostri simili.

Siamo convinti che in ogni condizione fisica e ad ogni età sia possibile accrescere la vitalità e migliorare la qualità della vita.

Come? Cominciando a conoscere noi stessi, il nostro corpo fisico, mentale e spirituale, la correlazione che esiste tra microcosmo (L’essere umano) e macrocosmo (l’universo).

Obiettivo : Riconoscere che noi siamo parte della natura e non possiamo prescindere da essa. Se il movimento libera il respiro e il respiro libera il movimento, tutto il corpo respira, la vitalità aumenta, la mente si acquieta e si liberano le idee.

Alla fine possiamo dire : **Noi siamo quello che pensiamo.**

Le prime attività, che in forma continuativa hanno sviluppato sempre più interesse, sono quelle basate sul movimento: dallo Yoga Posturale, allo Shiatsu, al Feldenkrais.

Yoga

Lo yoga è un’arte, una scienza, una filosofia. E’ un’antichissima disciplina che comprende la scienza psicofisica con una vasta gamma di correnti che pur con approcci diversi mirano tutte al conseguimento della totalità dell’individuo, alla convivenza dell’uomo con la natura e con tutto ciò che lo circonda. La parola Yoga significa proprio “insieme”. E’ un valido sistema per individuare un proprio equilibrio sinergico tra mente, corpo e spirito.

Feldenkrais

Feldenkrais è il cognome dell’ideatore del metodo: Moshe Feldenkrais, fisico ed ingegnere israeliano di origine russa.

Il metodo Feldenkrais è basato sul movimento: il movimento rivela chi e come siamo. E' alla base delle nostre azioni, delle nostre sensazioni ed emozioni. Si apprende sia attraverso lezioni di gruppo che individuali nelle quali la persona esplora e assimila l'idea di come il corpo sa organizzarsi per muoversi col minimo sforzo e con la massima efficienza.

Shiatsu

Lo shiatsu è il tocco della madre che abbraccia il proprio bambino diceva un maestro giapponese per spiegare cos'è lo shiatsu. Lo shiatsu affonda le sue radici nelle forme di manipolazione e medicina tradizionale orientale.

E' una tecnica naturale di comunicazione non verbale che utilizza lo strumento più semplice: la mano.

Fin dalla sua nascita, che risale al periodo tra le due guerre mondiali si è caratterizzato per la tipologia della pressione basata sul principio della gravità: attraverso questo principio le pressioni entrano in profondità, senza scivolare sulla pelle e producono uno stimolo e cui tutto l'organismo della persona trattata risponde recuperando e manifestando dal profondo le proprie risorse vitali.

Lo shiatsu costituisce una risposta semplice ed efficace, alla portata di tutti, alla domanda sociale di bene essere; si traduce in allentamento delle tensioni, sensazione di calore e leggerezza, lucidità mentale, miglioramento dell'umore, maggior energia e voglia di fare, miglioramento delle relazioni umane.

BIOGRAFIA DELL'ASSOCIAZIONE

Nata per l'appunto nel 1995, questo è stato il percorso di attività svolto in questi 11 anni sentendosi sempre coinvolta in ambito di volontariato:

- 1°) – dalla nascita ad oggi le attività sempre presenti sono per l'appunto quelle citate, in collaborazione con l'Accademia SHIATSU DO di Milano (con corsi professionali) e l'Associazione di Volontariato SHIATSU DO.
- 2°) – negli anni scolastici 1996/1997 e 1997/1998 presso la Scuola Elementare "S.Lucia" Tarù ha offerto possibilità ai bambini di apprendere la conoscenza del proprio corpo sia con il metodo Feldenkrais che con la danza afro-cubana.
- 3°) – dal 1998 a tutt'oggi presso la sede associativa ogni martedì pomeriggio si tengono laboratori sul "movimento" (Yoga-Feldenkrais- respiro).
- 4°) – dal 1999 a tutt'oggi è inserita nel POF della Scuola Media Inferiore "Toti del Monte" di Mogliano Veneto con Shiatsu e Feldenkrais, con insegnamento di base delle due discipline.
- 5°) – dal 2000 ad oggi ha organizzato corsi di radioestesia, radionica, di rilassamento, uso degli olii essenziali e conoscenza ed uso dei cristalli nelle loro proprietà. Tali corsi si sono svolti presso sedi diverse.
- 6°) – dal 2002 al 2004 operatori shiatsu si sono prestati per trattamenti a personale docente e non

docente, alunni e genitori presso la Scuola Media Inferiore “Toti del Monte” di Mogliano Veneto.

7°) – nel 2003-2004 presso la Scuola Media Inferiore “Casteller” di Paese si è tenuto un corso di base di shiatsu ai ragazzi, all’interno dell’orario scolastico.

8°) – dal 2004 fa parte della Consulta del Volontariato del Comune di Mogliano Veneto e partecipa all’evento annuale della “Settimana del Volontariato”.

9°) – nel 2003-2004 presso il centro “Insieme” di Zelarino operatori shiatsu hanno offerto trattamenti agli anziani appartenenti a varie associazioni locali.

10°) – nel 2003-2006 operatori shiatsu si sono prestati per trattamenti agli associati “Unitre”.

11°) – dal 2004 la sede dell’Associazione ogni lunedì sera è punto d’incontro aperto a tutti per “meditazione” ed esperienza pratica con i cristalli.

12°) – dal 2005 e tutt’ora il martedì pomeriggio la sede è messa a disposizione per trattamenti ai cosiddetti “diversamente abili” e genitori con prestazioni da parte di operatori.

Già dal 1999 comunque l’Associazione, con particolare occhio di riguardo, ha partecipato – nella persona della responsabile didattica Maria Dolores Brunello- ad uno degli otto laboratori previsti dal progetto “Hdemia” della U.S.L. di Mestre .

13°)- nel maggio 2006 ha contribuito per la partecipazione della Associazione di Volontariato “SHIATSU DO”all’evento “CIVITAS 2006” presso la Fiera di Padova.

Sostiene dalla nascita il progetto “Fly-Brasile” sia con contributi economici , che organizzando eventi che consentano raccolta di contributi, oltre ad incontri – durante i suoi viaggi in Italia – con Vitoria Garofalo, la Fondatrice in Brasile della scuola (v. www.associazionefly.org).

Le iniziative per l’anno 2006/2007 vedono la serata del martedì come momento di pratica shiatsu da parte degli allievi/operatori dell’Accademia aperta a tutti coloro che desiderano ricevere trattamenti shiatsu.

Riepilogo delle attività per l’anno 2006/2007

lunedì sera: meditazione e cristalli

martedì: trattamenti ai diversamente abili e ai genitori
laboratorio di Yoga/feldenkrais
pratica shiatsu con possibilità di ricevere trattamenti dagli operatori

mercoledì : danza del ventre

giovedì pomeriggio: Judo per i bambini

In via di definizione trattamenti e/o laboratori Shiatsu/Feldenkrais per anziani e formazione operatori badanti

Le attività sopraelencate trovato riscontro – puramente a titolo esemplificativo – nel materiale fotografico che accompagna la biografia.

1995: 1° volantino attività “La Gatta”



“LA GATTA”

RITROVIAMO IL PIACERE DEL MOVIMENTO

RESPIRO E MOVIMENTO = ARTE DIMENTICATA

L'associazione “LA GATTA” si prefigge attraverso questo corso, di diffondere il messaggio che **in ogni condizione fisica e ad ogni età si ha la possibilità di riattivare il funzionamento del nostro corpo** rendendolo più confortevole, più elastico, più vitale, migliorando la qualità della vita.

giovedì 13 c.m. alle ore **9.30**

presso la palestra

SILVIO PELLICO di Altobello
siete invitati ad una lezione di prova

La responsabile dei corsi

1997/98: Momenti di “Danza Afrocubana”







**1997/98: Momenti di “Danza Afrocubana”
preparazione al saggio finale
c/o La scuola elementare statale “S. Lucia” al Tarù**

1998/99: Momenti insieme con il progetto Hdemia





1998/99: LABORATORIO “postura-respiro-contatto” inserito nel progetto Hdemia ASL di Mestre con il coinvolgimento di operatori, ragazzi, genitori dei CEOD del territorio. Tecniche adottate: “Yoga, Feldenkrais, Shiatsu. Obiettivo: “risvegliare la vitalità”, “La vitalità è un bene di tutti” articolo apparso sulla rivista Shiatsu-do Agosto 2000

Dal 1999: Progetto Shiatsu a scuola

COS'E' LO SHIATSU

E' CONTATTO

E' COMUNICAZIONE NON VERBALE

E' PRESSIONE

I RAGAZZI DELLA 3B E 3C DI QUESTA SCUOLA HANNO AVUTO L'OCCASIONE DI AVVICINARSI A QUESTA DISCIPLINA, SPERIMENTARLA, E SCOPRIRE LA SENSAZIONE DI BENESSERE CHE RIMANE NEL DARE E NEL RICEVERE.

UNA VOLTA ALLA SETTIMANA, PER TRE SETTIMANE (6 ORE TOTALI), I RAGAZZI HANNO COMUNICATO CON I COMPAGNI IN UN MODO INUSUALE PER LORO, ATTRAVERSO LA COMUNICAZIONE NON VERBALE.

QUESTA PRATICA UTILIZZA LO STRUMENTO PIU' SEMPLICE, PIU' COMPLETO E PIU' NATURALE:

LA MANO

LA SEQUENZA FOTOGRAFICA DIMOSTRA IL LORO COINVOLGIMENTO IN QUESTA ESPERIENZA.

*MARIA DOLORES BRUNELLO Istruttore
MARIO FENSO Prof. Ed. Fisica e assistente*

Prime esperienze Shiatsu-do
col Kata del peso abbandonato
Inizio con il saluto = GASHO'



con
l'attenzione al proprio compagno
"VIKE" con la preparazione





Trattamento
al
Riso





RITMO

KATA



SALUTO
GASHO'



A conclusione dei laboratori , la foto di rito, con la consegna degli attestati.

Testimonianze dei ragazzi sull'esperienza gatta 3^a A-B-C.

Per dire la verità, è stata un po' dolorosa la 1^a lezione, poi quando Mawee si è impastichito è stato molto rilassante e divertente.

P.S. Mi piace xhe è stato Babo!!

Ale

LA COSA CHE MI HA PIU' COLPITO E CHE NON CREDEVO FANTASMARE E BATTERE LE MANI.
E' RIUSCITO A FARMI DIMENTICARE LE COSE CHE AVEVO IN TESTA, X FARE MEGLIO
« QUI E ORA! »

dy
Elio xxx

MI E' SERVITO AD IMPARARE A CONCENTRARTI e RILASCIAMI

SPINCHA

LA COSA CHE + MI HA COLPITO E' LA SPA ORDINARIA VERITA' DI "QUI E ORA".
MI HA AIUTATO AD ESSERE TRANQUILLO COME ME STESSA E TRASMETTERE LA MIA SENSAZIONE DI PACE INTERIORE
CARLOTTA

Lo SCHATZU è una disciplina molto utile che aiuta a sviluppare la comunicazione non verbale. Il messaggio è molto rilassante e mi è piaciuta molto la sensazione di

in pratica DELLO SCHATZU MI PIACE MIGLIORARE ANCHE PARLO, IN TUTTE E DUE LE POSIZIONI SUPINA E PRONATA MA QUELLA CHE MI PIACE DI PIU' E' LA POSIZIONE PRONATA

"Il corpo umano"

momenti di lavoro tra Teoria e pratica
con gli allievi della classe 2D
e il prof. Facchin /Oliveira/

23



24

Laboratorio sulla consapevolezza attraverso il movimento



Intervista alla Preside



**Intervista alla preside e ai professori per la pubblicazione sulla rivista
Shiatsu-do: "Progetto Shiatsu a scuola".**

2004: Primo evento a sostegno del progetto Fly



CON IL PATROCINIO
CITTÀ DI MOGLIANO VENETO

ASSOCIAZIONE CULTURALE "LA GATTA"
ASSOCIAZIONE VOLONTARIATO SHIATSU-DO
e
COMPAGNIA TEATRALE ALTINATE
insieme per il

PROGETTO FLY - Brasile

17 settembre 2004 - ore 20.30

la compagnia teatrale "ALTINATE"
presenta

"E BARUFE IN FAMEJA,,
commedia in tre atti di Giacinto Gallina
diretta da Riccardo Mangano





PROGETTO FLY

Associazione di volontariato

www.associazionefly.org

L'obiettivo dell'associazione "Progetto Fly" è di sostenere la scuola rurale "Felipe de Lyon" che sorge in Brasilia, a Planatine, vicino a Laguna Formosa, 70 km da Brasilia.

Dieci anni fa l'accademia Italiana Shiatsu-do, di Milano, acquistò un terreno in Brasilia che venne donato a Vitoria Gasparato, psicologa italo-brasiliana che fondò la scuola Felipe de Lyon.

La scuola ha nove classi che raccolgono 300 ragazzi, ma avendo solo cinque aule, l'attività scolastica si articola su doppi turni e si sviluppa dalla scuola materna (37 piccini in un'unica aula) alla terza media; da due anni è attivo anche un corso serale per lavoratori ed uno di alfabetizzazione informatica.

La maggior parte dei ragazzi accolti arriva a scuola a piedi, dalle campagne vicine; la scuola fornisce anche un pasto caldo al giorno, che per molti è l'unico pasto possibile, considerate le misere condizioni delle famiglie: Vitoria



si è assunta l'onere di fornirlo regolarmente utilizzando i prodotti dell'orto, mentre il pane viene regalato da un vicino panificio industriale.

Il progetto viene economicamente sostenuto con donazioni isolate mentre il comune di Planatina si è fatto carico degli stipendi degli insegnanti e di fornire il corredo scolastico agli alunni.

Per sostenere, anche economicamente, il progetto e tutte le iniziative atte a favorire il reinserimento di minori nella società di appartenenza in modo attivo ed autonomo, è nata l'Associazione di Volontariato "Fly" senza

scopo di lucro, con sede in Roma Via Di Porta Pinciana, 34.

Gli associati che hanno per la maggior parte, nello shiatsu il loro comune denominatore, hanno conosciuto Vitoria durante le sue visite in Italia e vogliono aiutarla nel suo arduo impegno di dare un'istruzione ed un mestiere ai ragazzi che vivono in una zona prevalentemente agricola, ma con culture limitate a soia e fagioli neri.

Ora, sul terreno donato, oltre alla scuola sorge anche la casa del direttore, la biblioteca, un circolo comunitario con ambulatorio, una piccola fabbrica di biscotti vegetali che offre la possibilità ai ragazzi di imparare un mestiere dopo la scuola.

Nei progetti di Vitoria c'è la costruzione di altre aule per estendere la scolarizzazione ad un corso professionale post scuola media per fornire un'istruzione superiore finalizzata all'apprendimento di un mestiere fruibile nella realtà territoriale.





Allo spettacolo parteciparono Vitoria Garofalo , la fondatrice e Arnaldo Ribeiro il collaboratore e la dott.ssa Faziello, preside della scuola media statale “Toti del Monte”.

Maggio 2004: Settimana del volontariato a Mogliano Veneto

Shiatsu

- per vivere meglio -

Domenica 21 maggio 2006

in occasione della Festa del Volontariato a Mogliano Veneto
dalle 10 alle 19 gli operatori shiatsu - allievi e diplomati
dell' **Accademia Italiana Shiatsu-do** -
effettueranno trattamenti gratuiti a chiunque
sia interessato a conoscere questa disciplina

L' **Associazione Culturale La Gatta** sarà presente con
due stand per

- raccogliere fondi a sostegno dei progetti internazionali di shiatsu
- raccogliere fondi a sostegno della scuola FLY - Felipe de Lyon - in Brasile (www.associazionefly.org)

Chiunque sia interessato ad imparare l'arte dello Shiatsu
potrà partecipare ad una serata di pratica gratuita
con operatori di vari livelli ogni martedì dalle 20,30
presso l'**Associazione Culturale La Gatta** di Trivignano

Per informazioni contattare

Roberto - 3393189922











Una giornata insieme con i cristalli e con i trattamenti Shiatsu a sostegno del progetto Fly e dell'Associazione Volontariato Shiatsu-do



**Premiazione Concorso “Associando” per la realizzazione del progetto:
Shiatsu a Scuola
indetto dal comune di Mogliano Veneto**

2004: I cristalli e la nostra vita

I CRISTALLI E LA NOSTRA VITA



venerdì 23
gennaio 2004
17.30 - 21.30

sabato 24
gennaio 2004
9.30 - 12.30
presso
Ass. "La Gatta"
Via Parmenide,3
30030 Trivignano - Ve

L'Associazione FLY

in collaborazione con l'Associazione Nazionale di Volontariato Shiatsu Do, le sedi locali di Mestre e Udine dell'Accademia Italiana Shiatsu Do e l'Associazione Culturale La Gatta di Trivignano (Venezia)

propone il Seminario

I cristalli e la nostra vita

L'iniziativa ha l'obiettivo di imparare a conoscere le caratteristiche di base dei cristalli, sentire la loro energia, iniziare ad utilizzarli per il nostro benessere e per armonizzare l'energia delle nostre case.

Impareremo inoltre un trattamento semplice ma efficace dei nostri "Chakras" (Ruote di energia).

Massimo 30 partecipanti

Informazioni ed adesioni:
Associazione Culturale La Gatta
Trivignano (Venezia)
tel. 348 6050152 / 041 680957
347 5011667

Laboratorio sulla conoscenza e l'uso dei cristalli

2005: Momenti di pratica Shiatsu presso la sede dell'associazione





Allievi e non che si incontrano per praticare lo Shiatsu insieme

Maggio 2006: Vitoria in visita in Italia





Presso al Sede dell'Associazione Vitoria incontra gli amici

Vitoria in visita alla scuola Media Statale "Toti del Monte" di Mogliano Veneto



Incontro con la Preside



Incontro con i professori



Vitoria in visita alla classe aperta



Vitoria risponde alle curiosità degli alunni



Foto ricordo

2006: Programma attività



ASSOCIAZIONE CULTURALE
LA GATTA

Via Parmenide, 3 - 30030 - Trivignolo
Mestre - Venezia
Tel. - Fax 041 680957



ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU-DO
CENTRO AUTORIZZATO



PROGETTO FLY
Associazione di educazione

INIZIANO I CORSI DI:

- SHIATSU 1°-2°-3° Percorso Professionale
- SEMINARIO DI APPROFONDIMENTO PER OPERATORI DI ATTIVITÀ MOTORIA
- LABORATORIO MOVIMENTO RESPIRO (FELDENKRAIS - YOGA TIBETANO - QI CHUNG - MEDITAZIONE)
- TRAINING AUTOGENO, RILASSAMENTO, VISUALIZZAZIONE
- L'USO DEI CRISTALLI - MEDITAZIONE
- CORSO "CHACRA-OEIL"
- LABORATORIO PER BAMBINI (YOGA - PITTURA - TEATRO...)
- DANZA DEL VENTRE

per informazioni
Maria Dolores 348 6050152



Associazione Culturale
LA GATTA

Il piacere del contatto con lo **SHIATSU**

TRATTAMENTI

LABORATORI AMATORIALI

PERCORSI PROFESSIONALI

L'Associazione "La Gatta" si prefigge attraverso lo shiatsu di diffondere il messaggio che in ogni condizione fisica e ad ogni età si ha la possibilità di riattivare il funzionamento del proprio corpo rendendolo più confortevole, più elastico, più vitale, migliorando la qualità della vita.

Gli insegnanti e gli operatori provengono dall'Accademia Shiatsu-do di Milano, una fra le maggiori ed autorevoli scuole per la divulgazione dello shiatsu e la formazione di operatori professionali in Italia

Per informazioni telefonare:

tel. 041.

Cell. 3486050152

La sede dell'Associazione "La Gatta" si trova in:

Via Parmenide,3 (laterale Via Gatta)

30030 Trivignano - Ve

e-mail: centrolagatta@virgilio.it