



praticamente
Musica
Musica con il corpo per una mente in evoluzione

MUSICA IN ATTESA

Percorso di 6 incontri dedicato a donne in gravidanza

DA MARTEDÌ 12 NOVEMBRE A MARTEDÌ 17 DICEMBRE
ORE 11.15-12.15

Il ventre materno è un ambiente ricco di suoni e rumori: di musica. Il bambino è immerso in un bagno di stimolazioni sonore e questo gli permette di instaurare una profonda relazione con la madre e con l'ambiente esterno. Vivere la gravidanza accompagnata dalla musica è un'esperienza piacevole, confortante, rilassante, emozionante, ma ancor di più utile alla donna per vivere i mesi di attesa e il parto in maniera armonica e nel pieno benessere fisico ed emotivo, favorendo una relazione intima e speciale con il bambino. Attraverso la musica sarà possibile creare un gruppo di mamme coeso dove coltivare relazioni e scambiarsi riflessioni. Vivremo insieme le esperienze musicali attraverso l'uso spontaneo della **voce** e il **canto**, la **respirazione**, il **movimento**, attività di **rilassamento** e **ascolto**. Le attività pratiche permetteranno di creare una piccola "valigia musicale" di canti e musiche che potranno essere riutilizzati da tutta la famiglia.



MODALITÀ DI ISCRIZIONE: compilare il form on line alla sezione "iscrizioni" al link <http://bit.ly/2Z8fJk7>. L'iscrizione è numero chiuso e si ritiene completa solo dopo l'avvenuto pagamento. **L'iscrizione scade sabato 9 novembre.**

CONDIZIONI GENERALI: la quota di partecipazione è di **60 €** per i soci e **70 €** per i non soci. Per diventare nostri soci è sufficiente versare la quota associativa di 20 € che sarà valida dal 1.09.2019 al 31.08.2020. L'importo (quota di partecipazione, o quota di partecipazione+quota associativa) va versato interamente (in contanti esclusivamente durante l'orario di segreteria o tramite bonifico).

ORARIO DI SEGRETERIA:

lunedì 14.00-15.00

COORDINATE BANCARIE:

PRATICAMENTEMUSICA Unicredit
IBAN: IT 20 W 02008 64071 000104346207

www.praticamentemusica.it
info@praticamentemusica.it
via s. Ulderico 13/11, Udine
t. 347 0423016

