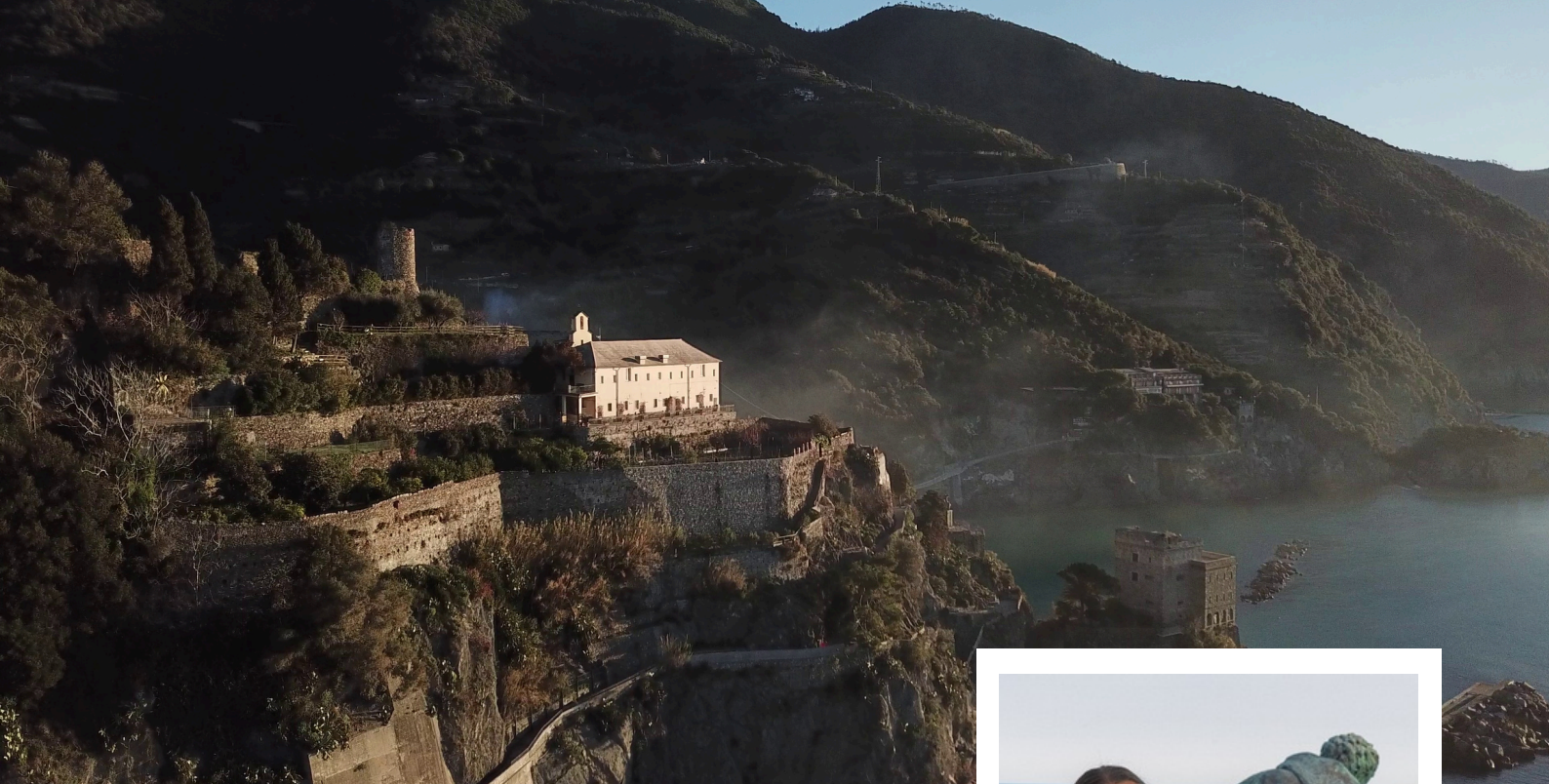




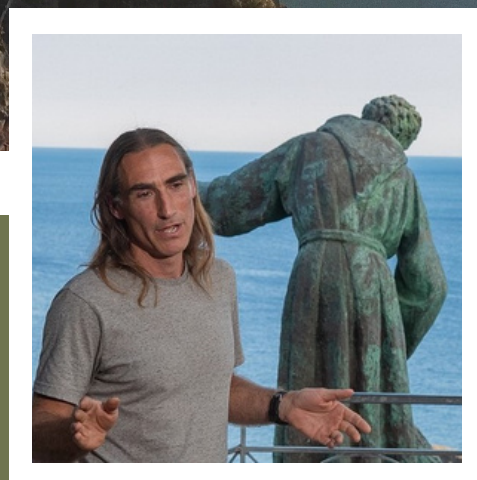
MADRE TERRA

Passi di cura, semi
di bellezza, radici
del sacro



**CONVENTO FRATI CAPPUCCINI
MONTEROSSO AL MARE**

- **dal 30 maggio al 2 giugno 2025**
- Percorso residenziale in convento



**SCRIVICI
PER INFO**

conventomonterosso@gmail.com

www.conventomonterosso.it



• dal 30 maggio al 2 giugno 2025

Giornate da trascorrere in un antico luogo francescano e dedicate all'incontro con la natura, la bellezza e con la terra. Imparare ad avere gesti di cura, rilassarsi e meditare, trovando nuovi spazi di armonia con noi stessi e gli altri.

Rispettare la terra, sentirla fonte di vita e generatrice di vita per l'uomo: toccare con i piedi la terra ci parla della sua sacralità imparano a coltivarla difenderla con umiltà (humus) e rispetto. La terra si lascia lavorare per poi produrre e generare qualcosa di nuovo.

Venerdì 30 maggio e sabato 31 maggio

Incontri con lo scrittore Folco Terzani

Folco Terzani da anni cammina scalzo: "In genere si cammina scalzi per semplificare, per tornare a essere vicini alla terra, per sentirla con le nostre mani basse". Ma anche una metafora per cambiare il nostro modo di camminare per le strade del mondo e avere sguardi diversi.

Sabato 31 maggio e domenica 1 giugno

Con i maestri di joga Giorgio Minneci e Cristina Tuscano

Meditazioni riflessioni e gesti di cura per noi e per gli altri. Esercizi guidati e momenti di silenzio e di condivisione in un luogo francescano che è lode al creato. Le radici del benessere fisico e spirituale.

Lunedì 2 giugno – partenza

Folco Terzani è un regista, scrittore e sceneggiatore italiano.

Figlio del giornalista e scrittore Tiziano Terzani e di Angela Staude, vive l'infanzia nei paesi in cui il padre è inviato: Singapore, Hong Kong, Pechino, Tokyo, Bangkok e Nuova Delhi. Ha pubblicato diversi libri.

Cristina Tuscano ha dedicato la sua vita a sostenere bambini, ragazzi e adulti perché arrivino ad esprimere il proprio potenziale al massimo e vivano una vita ricca di senso e gioia. Insegna Art of Living da 19 anni in Italia e all'estero in tutta l'Europa, ma anche in Russia, in Siberia, in America e in India. Cristina è una psicopedagogista, specializzata in counselling e gestione dei conflitti a scuola e in famiglia.

Giorgio Minneci, formatore ed insegnante senior internazionale yoga, meditazione e respirazione, con oltre 20 anni di esperienza in Italia e in oltre 30 Paesi in tutto il mondo. Specializzato nell'applicazione del Metodo Art of Living in ambito carcerario e direttore di Prison SMART Italia, progetto per la riabilitazione e la gestione dello stress rivolto ai detenuti e al personale penitenziario. Come musicista si dedica al Nada Yoga o Yoga del Suono.