

Il Centro è uno spazio di esperienze e di incontro, di ascolto e di lavoro sulle emozioni, sulla mente, sul corpo, sulle relazioni con gli altri, per la realizzazione del proprio sé più autentico.

Il Centro è la casa dove trova dimora, ascolto e risposte il bisogno di chi vive la propria vita cercandone il senso, si interroga su come migliorarsi e migliorare le proprie relazioni con gli altri, allargare i propri confini conoscitivi ed esperienziali.

Offriamo attività finalizzate a migliorare la qualità della vita e a sviluppare l'arte di affrontare i momenti cruciali dell'esistenza, quei momenti di crisi e di transizione che creano disagio e disorientamento, ma in cui è possibile rintracciare un potenziale di trasformazione positiva e di crescita.

Con una metodologia di lavoro che utilizza un approccio integrato, vengono proposte attività che tengono presente e stimolano i tre livelli significativi di ogni esperienza: quello del pensiero, quello delle emozioni e del sé più profondo e quello del corpo e dell'azione.

CHI SIAMO



Francesca Mauro, psicologa, psicoterapeuta sistemico - relazionale, terapeuta EMDR, istruttrice Mindfulness certificata UK network for Mindfulness, Ideatrice ed organizzatrice de l'Arte della Felicità-incontri e conversazioni. Cell. 3470715733



Andrea Punzo fisioterapista, specializzato in Rieducazione Posturale Globale, Terapia Manuale e Cranio-Sacrale, istruttore Mindfulness certificato UK network for Mindfulness, counselor sistemico-relazionale. Cell 3477511501

LO STAFF



Paola Iaccarino Idelson biologa-nutrizionista, specialista in Scienza dell'alimentazione, insegnante di Mindful Eating, counselor ad indirizzo psico-corporeo



Manuela Calabrese insegnante di Yoga Integrale



Alessandro Del Mastro fisioterapista



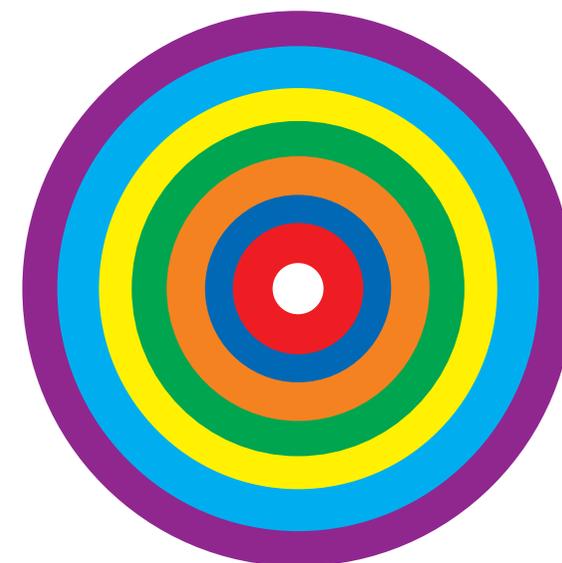
Alessandro Lupo medico fisiatra



Stella Bottoni insegnante certificata di Iyengar Yoga



Angela Furfaro medico naturopata, esperta in Medicina Tibetana e Medicina Sistemica



l'arte della felicità il Centro

www.centroartedellafelicità.com

centroartedellafelicità@gmail.com

 Centro L'Arte della Felicità

 [centrolartedellafelicità](https://www.instagram.com/centrolartedellafelicità)

 [@ArteFelicità14](https://twitter.com/ArteFelicità14)

 [centro arte della felicità](https://www.youtube.com/c/centroartedellafelicità)

TEL. 081 - 19364398

IL CENTRO OFFRE

Psicoterapia individuale, di coppia, familiare

È un trattamento di cura del disagio psicologico: ansia, fobie, depressione, comportamento ossessivo, attacchi di panico, confusione, disturbi alimentari, conflittualità di coppia, problemi genitoriali. Si accompagnano le persone in un processo di crescita e consapevolezza di sé per trovare nuovo senso e nuove possibilità alla loro vita ed ai loro rapporti. La responsabile del Servizio di Psicoterapia è la **dott.ssa Francesca Mauro**, psicologa, psicoterapeuta sistemico-relazionale, con più di vent'anni di esperienza clinica. Su appuntamento **cell. 3470715733**

Laboratori esperienziali di gruppo I laboratori, gestiti dalla **dott.ssa Francesca Mauro**, sono rivolti a coloro che vivono momenti di transizione del ciclo vitale particolarmente delicati e significativi per i successivi equilibri: il rapporto genitori figli nelle varie fasi della vita, la costruzione ed il consolidarsi di una relazione di coppia o la sua rottura, l'attesa e la nascita di un figlio, l'adolescenza, la piena maturità.

Corsi di ginnastica consapevole I corsi, guidati dal **dott. Andrea Punzo**, offrono la possibilità di aprire una finestra di consapevolezza e di lavoro sulla propria fisicità attraverso l'integrazione di antiche discipline, come lo Yoga, l'Aikitaiso o lo Shiatsu, con conoscenze più moderne relative al lavoro sul corpo, come le ginnastiche posturali.

Consulenze e trattamenti individuali di posturologia e RPG, terapia manuale e fisioterapia

La Rieducazione Posturale Globale è un approccio che ci permette di trattare alla radice qualsiasi problematica del sistema muscolo-scheletrico (lombalgie, cervicalgie, dolori, blocchi articolari). È anche particolarmente indicata nel trattamento di tutte le alterazioni posturali dell'adolescente come dismorfismi del rachide e scoliosi. Su appuntamento **dott. Andrea Punzo**, fisioterapista, **cell. 3477511501**

Corsi MBSR (Mindfulness Based Stress Reduction)

La Mindfulness è indicata per affrontare in modo diverso lo stress, abbassando i livelli di ansia e reattività; trattare i disturbi psicosomatici; le difficoltà di memoria e concentrazione; i disturbi del sonno; migliorare la relazione che abbiamo con noi stessi e con gli altri. I corsi sono gestiti da istruttori qualificati.

Sessioni di meditazione guidata

A cadenza settimanale.

Dialoghi nella casa de l'Arte della Felicità Sono periodici momenti di incontro, confronto e riflessione con personaggi di eccellenza del panorama culturale napoletano e nazionale, con gruppi di 30-40 persone.

Tecarterapia

dott. Alessandro Del Mastro, fisioterapista, specializzato in RPG e terapia Manuale. Su appuntamento **cell. 3208610749**

Consulenze nutrizionali specialistiche e percorsi di alimentazione consapevole

con la **dott.ssa Paola Iaccarino Idelson** Su appuntamento **cell. 3494271286**

Corsi di Yoga Integrale I corsi sono tenuti da **Manuela Calabrese**, istruttrice diplomata alla scuola di Yoga Integrale di Napoli. Per **info 3804625373**

Corsi di Iyengar Yoga

I corsi sono condotti da **Stella Bottoni**, insegnante certificata di Iyengar Yoga, con esperienza decennale nell'insegnamento. Per **info 3387642066**.

Consulenze fisiatriche

dott. Alessandro Lupo, medico fisiatra, specializzato in infiltrazioni intra ed extra articolari. Su appuntamento **cell. 3383288130**.

Consulenze e Trattamenti di Naturopatia e Medicina Tibetana, Medicina Sistemica, Shiatsu, Riflessologia, Incontri individuali e di gruppo di Yoga Terapia

Su appuntamento **Dott.ssa Angela Furfaro** Presidente Ass. Dekyi (BO), **cell. 3356483037**

COME ASSOCIARSI AL CENTRO L'ARTE DELLA FELICITÀ

Presso la sede del Centro si può acquistare la **tessera associativa annuale** (30 Euro), che garantisce la copertura assicurativa per le attività corporee di gruppo.

DOVE SIAMO

Salita Betlemme 31- 80121 Napoli

seconda traversa di Vico Vasto a Chiaia
adiacenze Via dei Mille

