

als

AUTENTICITÀ LIBERO ARBITRIO

CREATIVI CULTURALI



## CHI SIAMO

Siamo un gruppo di professionisti di grande rilievo accomunati da una medesima visione olistica dell'Esistenza e desiderosi di contribuire all'evoluzione dell'umanità in sintonia con il Pianeta e con l'Universo-Tutto.

Ci siamo incontrati a un certo punto, ciascuno proveniente da percorsi di vita differenti, e abbiamo immediatamente capito che se ci fossimo uniti, avremmo potuto creare un "organismo forte", capace di guidare altre persone verso la consapevolezza di sé e l'autentico benessere.

### **AUTENTICITÀ**

È la firma vibrazionale originaria che ciascuno di noi possiede, unica ed irripetibile, paragonabile ad una nota musicale che crea l'energia individuale.

### **LIBERO ARBITRIO**

Il concetto che avalliamo si fonda sulle teorie della moderna fisica quantistica secondo cui ogni uno di noi è una "parte intera di - Tutto" che è dinamico, olistico e cosciente.

### **CREATIVI CULTURALI**

Le nuove scienze rivelano che è in atto una trasformazione epocale e che è necessario un cambio di paradigma per superare il "Caos" che imperversa nella società. Noi crediamo necessario creare una nuova cultura basata sulla consapevolezza; una cultura emergente che promuova valori orientati in direzioni più sane, pacifiche ed eco-sostenibili.





## NOI TUTTI ABBIAMO UNA «MISSIONE» IN QUESTA VITA SUL PIANETA

Noi tutti abbiamo una «missione» in questa vita sul Pianeta; a mano a mano che la compiamo percepiamo di essere parte del Tutto e di ricevere informazioni ed energia necessarie a completarla.

Siamo qui oggi grazie ai nostri predecessori i quali, insieme alla Natura e a tutti gli esseri viventi, hanno superato difficoltà di ogni genere trovando adattamenti efficaci che ci permettono di esistere.

Tuttavia in questo momento anziché orientarci verso la cooperazione e il bene comune assicurando continuità alla specie, stiamo allontanandoci da noi stessi e dalla Natura; ma il senso della vita impresso in ognuno di noi è troppo prezioso per essere sprecato!

**Le nuove evidenze scientifiche rivelano l'immenso potenziale dell'«essere umani»** e ci indicano come accedere a «saperi migliori» e prepararci ad un cambio di paradigma che

coinvolga il nostro modo di essere. È il momento di guardare profondamente dentro di noi e altrettanto profondamente oltre.



Oggi più che nel passato sappiamo come connetterci con il mondo interiore e il mondo che sta fuori e creare quella armonia d'insieme che esprime la nostra luminosa bellezza. All'interno del corpo, 33 trilioni di cellule superorganizzate e intelligenti, da migliaia di anni si impegnano in un lavoro assiduo per garantire continuità all'esistenza; e il Pianeta che abitiamo esprime la propria armonia grazie ad un ecosistema forte che abbiamo il dovere di preservare perché è parte di noi.

Questo progetto nato dall'intelligenza del cuore, vuole offrire all'umanità l'opportunità di «risvegliarsi» ritrovando il proprio ordine in sintonia con gli altri esseri viventi, la Natura e il Cosmo e salire nella scala dell'esistenza, insieme al Pianeta Terra.

**La nostra «missione» è accompagnare le persone che lo vorranno, in un percorso di consapevolezza di sé e trasformazione che coinvolge la totalità dell'essere**



per creare, secondo le parole di Bruce Lipton, «l'organismo migliore possibile» che assemblandosi a «comunità di organismi migliori», contribuirà a favorire l'evoluzione della nostra specie su questo Pianeta.

## UN PROGETTO NATO DALL'INTELLIGENZA DEL CUORE





## CONTRIBUIRE ALL'AUTENTICO BENESSERE DELLA PERSONA

In linea con la nostra missione:

**«Contribuire all'Autentico benessere della persona in connessione con se stessa, con il Pianeta e con l'Universo-Tutto»:**

contenuti, metodologia e didattica dei nostri progetti sono caratterizzati da un approccio innovativo ed originale.

Il filo conduttore fa riferimento alle scienze migliori e a tutte quelle discipline che conducono alla consapevolezza di cosa significa «essere umani», perché conoscere e sapere equivale ad avere il potere di scegliere liberamente ed essere protagonisti della propria vita.

Se si vuole contribuire a superare il caos che regna nella civiltà è necessario adottare un nuovo modo di pensare e vivere che «vada oltre» le vecchie credenze e gli stili di vita attuali.





## IL PERCORSO OLISTICO CREATIVO

**Ala-Creativi Culturali** propone la prima edizione di **PERCORSO OLISTICO CREATIVO** che abbracciando la prospettiva di una crescita personale continua, pone al centro la conoscenza di sé, le relazioni e le connessioni con l'altro e la natura.

**Il percorso proposto coinvolge la persona nella sua interezza e nella relazione con l'ambiente e con gli altri:** a partire dal corpo nella dimensione fisico-motoria, interiore e spirituale con l'influenza del pensiero e della musica sulle cellule, attraverso uno sguardo attento al ruolo del sistema immunitario e dall'alimentazione nella salute, procedendo

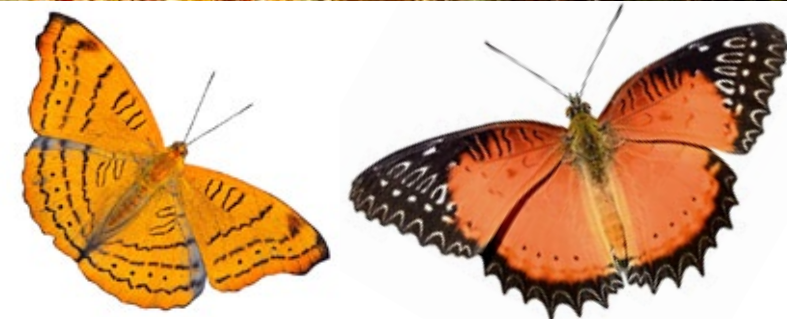
sulla strada di una nuova psico-pedagogia, la formazione esplora avanzate ricerche scientifiche nei campi della fisica quantistica e dell'epigenetica per approdare ad una conoscenza il più possibile ampia e coerente con la missione che intende perseguire.



## A CHI È RIVOLTO IL PERCORSO

Il Percorso Olistico Creativo è rivolto a tutte le persone interessate a queste tematiche e a figure professionali del settore medico e paramedico, biologo, psicologo, pedagogo, fisioterapista, psicomotricista, agli operatori del movimento dello sport e del benessere, agli insegnanti, ai genitori e agli studenti universitari.

È richiesta da parte dei partecipanti la disponibilità a spostamenti in diverse località indoor ed outdoor. Per lo svolgimento delle attività fisico-motorie è necessario indossare abbigliamento e calzature adeguate. La formazione si svolge principalmente durante il fine settimana; sono possibili attività residenziali durante la stagione estiva.



# FORMAZIONE

☀ La formazione del Percorso Olistico Creativo è costituita da 5 aree:

**Natura**

**Sistema Uomo**

**Educazione**

**Fisica Spiritualità e Musica**

**Nuova Medicina e cura di sé**

Si sviluppa in 3 percorsi in sequenza:

**Risveglio**

**Consapevolezza**

**Trasformazione**

ciascuno con proprie specificità

☀ La metodologia prevede:

- spiegazioni teoriche
- esperienze pratiche outdoor (bosco, camminate a piedi) e indoor (palestra/centri sportivi)
- laboratori (individuali e di gruppo)
- lezioni online

☀ È consigliato partecipare all'intera formazione. È possibile frequentare i singoli percorsi, ma solo in sequenza (Risveglio > Consapevolezza > Trasformazione).

☀ A chi frequenterà l'intera formazione verrà rilasciato attestato in **"Consulente del benessere olistico"**





# RISVEGLIO

**DURATA:** 48 ore in presenza e 3 ore online - **ORARIO:** 9.00/18.00  
**CALENDARIO:** 21- 22 settembre 2024 / 5-6 ottobre 2024 / 19-20 ottobre 2024

## NATURA

### Biofilia

«La relazione autentica - Riconoscere e risvegliare la propria Natura»  
relatore-guida **Arno Cardini**

### Biofilia

«Così parlano le Piante - Sensibilità e linguaggio degli Alberi»  
relatore-guida **Monica Gagliano**

### Outdoor

«In cammino alla scoperta della propria dimensione biofisica e interiore»  
relatore-guida **Federica Passera**

## SISTEMA UOMO

### Corpo, movimento, sport

«Corporeità e movimento»  
relatore-guida **Stefania Melica**

### Corpo e movimento

«Embodiment e yoga»  
relatore-guida **Stella Yenati**

### Corpo, movimento, sport

«Corpo, mente, energia nella prestazione sportiva»  
relatore-guida **Valentina Beltrami**

### Corpo e coscienza

«La salutogenesi: identificazione delle vie di autoguarigione»  
relatore-guida **Daniela Jurisic**

### Corpo e coscienza

« Il linguaggio del corpo e la postura: risvegliare il dialogo con il corpo e prendersi cura di sé»  
relatore-guida **Monica Melendez**

## EDUCAZIONE

### Psicologia e psicoterapia

«Smascherare il falso Sé: come spezzare il cerchio»  
relatore-guida **Ilenia La Rocca**

### Pedagogia e scuola

«Aver cura dell'esistenza: educarsi ad educare a nascere di nuovo»  
relatore-guida **Elisabetta Musi**

### Pedagogia e scrittura

«Scrittura riflessiva e conoscenza di sé»  
relatore-guida **Francesco Micheloni**

## FISICA SPIRITUALITÀ MUSICA

### Spiritualità e musica

«La musica delle cellule»  
relatore-guida **Emiliano Toso**



# CONSAPEVOLEZZA

**DURATA:** 48 ore in presenza e 3 ore online - **ORARIO:** 9.00/18.00  
**CALENDARIO:** 1-2 febbraio 2025 / 15-16 marzo 2025 / 29-30 marzo 2025

## NATURA

### Biofilia

«Un viaggio consapevole tra Sé e la Natura»

relatore-guida **Arno Cardini**

### Outdoor

«In cammino alla scoperta della propria dimensione biofisica e interiore»

relatore-guida **Federica Passera**

## SISTEMA UOMO

### Corpo, movimento, sport

«Lo sviluppo funzionale nella visione olistica dell'esistenza»

relatore-guida **Stefania Melica**

### Corpo, movimento, sport

«Self-control nello sport e nella vita»

relatore-guida **Valentina Beltrami**

### Corpo e coscienza

«La salutogenesi: identificazione delle vie di autoguarigione»

relatore-guida **Daniela Jurisic**

### Corpo e coscienza

« Il linguaggio del corpo e la postura: sviluppare la consapevolezza corporea e interiore»

relatore-guida **Monica Melendez**

### Corpo e coscienza

« Disabilità amore e bellezza»

relatore-guida **Laura Bertelè**

## EDUCAZIONE

### Psicologia e psicoterapia

«Il potere della scelta: imparare ad essere liberi»

relatore-guida **Ilenia La Rocca**

### Pedagogia e scuola

«Aver cura dell'esistenza: educarsi ad educare a nascere di nuovo»

relatore-guida **Elisabetta Musi**

### Pedagogia e scrittura

«Promuovere la consapevolezza attraverso scrittura e narrazione»

relatore-guida **Francesco Micheloni**

## FISICA SPIRITUALITÀ MUSICA

### La fisica del mondo interiore

«La natura olistica della vita»

### Spiritualità e musica

«La musica delle cellule»

relatore-guida **Emiliano Toso**

### Spiritualità e musica

«Sound Bath e guarigione»

relatore-guida **Maja Jurisic**

insieme a **Daniela Jurisic**

nel corso "Corpo e Coscienza"



# TRASFORMAZIONE

**DURATA:** 48 ore in presenza e 3 ore online - **ORARIO:** 9.00/18.00  
**CALENDARIO:** 12-13 aprile 2025 / 10-11 maggio 2025 / 24-25 maggio 2025

## NATURA

### Biofilia

«Specchiarsi in Natura - Un sostegno concreto al processo di trasformazione»

relatore-guida **Arno Cardini**

### Outdoor

«In cammino alla scoperta della propria dimensione biofisica e interiore»

relatore-guida **Federica Passera**

## SISTEMA UOMO

### Corpo, movimento, sport

«Espressione corporea e creatività per fare Arte di Sé»

relatore-guida **Stefania Melica**

### Corpo, movimento, sport

«Lo sport come espressione del Sé autentico»

relatore-guida **Valentina Beltrami**

### Corpo e coscienza

«La salutogenesi: identificazione delle vie di autoguarigione»

relatore-guida **Daniela Jurisic**

### Corpo e coscienza

« Il linguaggio del corpo e la postura: strumenti per crescere nella relazione empatica»

relatore-guida **Monica Melendez**

## EDUCAZIONE

### Psicologia e psicoterapia

«La rinascita: come liberare il Sé autentico»

relatore-guida **Ilenia La Rocca**

### Pedagogia e scuola

«Aver cura dell'esistenza: educarsi ad educare a nascere di nuovo»

relatore-guida **Elisabetta Musi**

### Pedagogia e scrittura

«Oltre la propria soggettività: la scrittura come volò verso prospettive e dimensioni altre»

relatore-guida **Francesco Micheloni**

## FISICA SPIRITUALITÀ MUSICA

### La fisica del mondo interiore

«La natura olistica della vita»

### Spiritualità e mondo interiore

«Equilibrio psico-fisico e spiritualità»

### Spiritualità e musica

«La musica delle cellule»

relatore-guida **Emiliano Toso**

### Spiritualità e musica

«Sound Bath e guarigione»

relatore-guida **Maja Jurisic** insieme a **Daniela Jurisic** nel corso "Corpo e Coscienza"

## NUOVA MEDICINA E CURA DI SÈ

### Alimentazione e sistema immunitario

«La cura è soprattutto dentro di noi»

### Epigenetica

«Il legame profondo che unisce il pensiero, l'ambiente e le nostre cellule»





## IL TEAM



Il team è composto da professionisti e scienziati di grande rilievo, accomunati dalla medesima visione olistica e dal desiderio di offrire il proprio contributo al benessere della persona e all'evoluzione dell'umanità. Ideatrice e responsabile del progetto è **Stefania Melica**, coordinatrice di **ALA - Creativi Culturali**.

**Arno Cardini**, Life e Leadership Coach e Counselor ad indirizzo psicosintetico, Esperto in "Bagno di foresta", Personal Trainer/ guida MTB/e- bike, Operatore massaggi nel bosco "Soul Contact", ha creato il "Metodo Forestling"; autore di «Nel bosco mi sono messo a nudo»

**Monica Gagliano**, Scienziata, specializzata in Ecologia animale e marina, post-dottorato di ricerca in Ecologia dei cambiamenti climatici, Professore Associato di ricerca in Ecologia evolutiva alla Southern Cross University in Australia dove ha diretto il Biological Intelligence fino a settembre 2023; autrice di «Così parlò la pianta. Un viaggio straordinario tra scoperte scientifiche e incontri personali con le piante»

**Federica Passera**, Dottore in Scienze Motorie e dello Sport, docente all'Università Cattolica del Sacro Cuore (Milano e Piacenza), nelle aree di Scienze della Formazione Primaria e Scienze Motorie; socio fondatore/segretaria dell'Associazione "Il cammino del Po"; ha pubblicato il documento «L'educazione fisica in Italia: scenari, sfide, prospettive» (SISMeS)

**Stefania Melica**, Dottore in Scienze Motorie e dello Sport, Formatore in Psicocinetica e Psicomotricità Funzionale; ideatrice e coordinatrice del progetto; ha collaborato con varie Università italiane nelle aree di Scienze Motorie e Scienze della Formazione Primaria; autrice di «Neuroscienze in movimento per comprendere e migliorare l'essere umano»

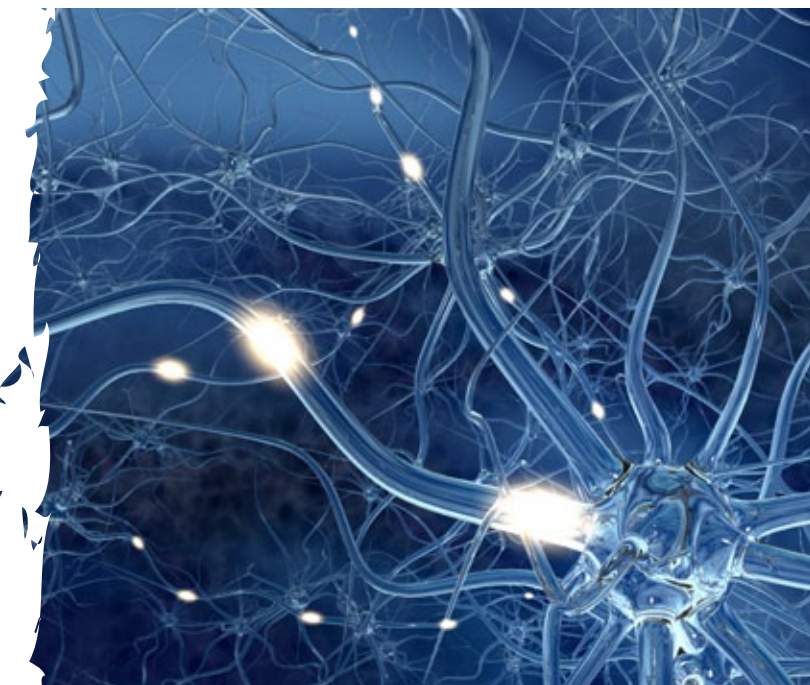
**Stella Yenati**, Insegnante di Yoga, Meditazione e Sound Healing. Master in Yoga bambini, Yoga gravidanza, Yoga Yin e Yoga Nidra

**Valentina Beltrami**, Dottore in Scienze Motorie e dello Sport, Maestra F.I.T.P. Padel e Tennis, Preparatrice fisica F.I.T.P., Personal trainer I.S.S.A.; Master universitario in Management delle attività e delle strutture Motorio/Sportive; è stata Nazionale di Calcio a 5; attualmente Nazionale di Padel, medaglia di bronzo ai campionati Mondiali Senior di Padel 2024

**Maja Jurisic**, Medico esperto in medicina occidentale, studia e sperimenta il suono come via per raggiungere l'equilibrio interiore; ha creato il metodo "Resounding Life"



## IL TEAM



**Daniela Helena Jurisic**, Laureata in medicina, negli USA e anche in Italia, specializzata in medicina fisica e riabilitazione in USA e in Italia. Professore, Medical College of Wisconsin. Liaison Italiano per programma di studio all'estero del Medical College of Wisconsin per l'Italia, fondatrice per AIM (Active Integrative Medicine), cliniche di medicina integrate, Pavia e Milano; autrice del libro «La Tua Salute su Misura», Formatore del Corso "BASIC, Corso per la promozione di salutogenesi attraverso l'interocezione", Consulente per la posturologia a "Resounding Life LLC"

**Monica Melendez**, Counselor professionista, Posturologa, Mindfulness Coach, Dottore in Lingue e Letterature Straniere, Libera professionista a Milano in sessioni individuali e di gruppo, collabora come Docente Universitario esterno e Consulente Supervisore per professionisti del settore; autrice di «Essere Cura, una rivoluzione gentile»

**Laura Bertelè**, Medico Ortopedico, specialista in Terapia Fisica e Riabilitazione motoria, Psicologa, Formatore metodo Mezière, ideatrice del "Metodo riabilitativo Bertelè"; autrice di «Incontri con anime di luce»

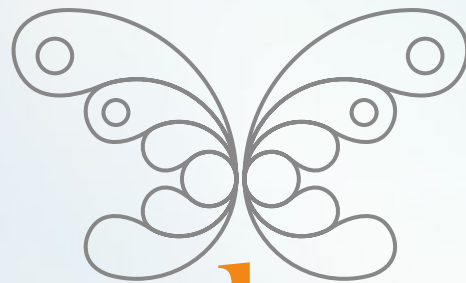
**Ilenia La Rocca**, Psicologa e Psicoterapeuta cognitivo/comportamentale, specializzata in disturbi del comportamento alimentare, Docente di pianoforte e musica d'insieme; autrice di numerosi articoli, collabora con le scuole in numerosi progetti dedicati a studenti ed insegnanti

**Elisabetta Musi**, Professoressa Associata di Pedagogia Generale e Sociale all'Università Cattolica del Sacro Cuore (sede di Piacenza), membro del Comitato Scientifico della Collana "Infanzie" (Franco Angeli), è stata insignita del "Premio pubblicazioni di alta qualità 2017" da parte dell'Università Cattolica per la monografia « Educare all'incontro tra generazioni. Vecchi e bambini insieme, Junior, 2014»

**Francesco Micheloni**, Dottore in Fisioterapia, Counselor relazionale, Master in Consulenza formativa nei servizi educativi Università degli Studi di Verona, Maîtrise en Science de l'Éducation Université Lumière-Lyon2; è stato docente/responsabile del Bachelor in Fisioterapia presso la SUPSI e Docente al corso di laurea magistrale in Scienze Riabilitative delle professioni sanitarie Università di Padova

**Emiliano Toso**, Biologo cellulare, Musicista compositore a 432Hz, Fondatore del progetto "Transational Music, un mare di cellule sotto un cielo di musica"; autore di «In armonia, viaggio alla scoperta del sorprendente legame tra musica e le nostre cellule»

È prevista anche la partecipazione di relatori-guida esperti nei campi della fisica quantistica, epigenetica, nutrizionismo e terapie energetiche



als

AUTENTICITÀ LIBERO ARBITRIO  
CREATIVI CULTURALI

contatti

Stefania Melica

[ala.creativiculturali@yahoo.com](mailto:ala.creativiculturali@yahoo.com) / +39 329 332 3109

[www.alacreativiculturali.com](http://www.alacreativiculturali.com)