

Società Italiana di PsicoNeuroEndocrinoImmunologia
The Art of Living Foundation
Associazione Arte di Vivere
AIVU-Onlus
Con il patrocinio di:



Regione Toscana
Comune di Firenze

Con il contributo della
Regione Toscana

In fase di accreditamento ECM
Contributo di partecipazione € 30,00

Segreteria organizzativa
Giuditta Blandini,
tel e fax +39.055.2657637
giuditta.blandini@artedivivere.org
Roberto Sanlorenzo,
tel. +39.328.7436990
roberto.sanlorenzo@artedivivere.org

www.artedivivere.org
www.aolresearch.org

Iscrizione e informazioni online:
www.artedivivere.org/scienzadelrespiro



AIVU- Onlus
Tel.: +39.02.261.445.98
Email: info@aivu.org www.aivu.org



Associazione Arte di Vivere
Firenze, Via Brunetto Latini 14, tel. e fax
055.574728 - Milano, Via Leoncavallo 19,
tel. 02.2824916 info@artedivivere.org

Società Italiana di
PsicoNeuroEndocrinoImmunologia
Associazione Arte di Vivere
AIVU-Onlus

Convegno Internazionale

La Scienza del Respiro

Le tecniche respiratorie come terapia
aggiuntiva e nella lotta al burn-out

Teatro Saschall
lungarno Aldo Moro 3
Firenze
28 Maggio 2005





Programma dei lavori:

9.15 – 9.30

Apertura lavori

Assessore Diritto alla Salute e Politiche di Solidarietà
Regione Toscana

9.30 – 10.00

Neuro-regolazione delle funzioni cardiovascolari: effetti modulatori della respirazione

Luciano Bernardi – Cardiologo Policlinico S.Matteo di Pavia

10.00 – 10.45

Compendio sulle ricerche scientifiche fondamentali sul Sudarshan Kriya Yoga e pratiche correlate

Fahri Saatcioglu – prof. Dip. di Biologia Molecolare – Oslo University, Norvegia

10.45 – 11.20

Basi neurofisiologiche e applicazioni cliniche del Sudarshan Kriya Yoga

Richard Brown – prof. Columbia University, American Psychiatric Association - New York, USA

Coffee Break

11.35 – 12.10

PsicoNeuroEndocrinoImmunologia: respiro e longevità

Maria Corgna – Direttivo Scientifico, Società Italiana di Psiconeuroendocrinoimmunologia e Associazione Italiana di Omeopatia e Omotossicologia Clinica

12.10 – 13.00

Il respiro come legame tra mente e corpo

Sri Sri Ravi Shankar – Fondatore della Fondazione Art of Living e dell'Associazione Internazionale per i Valori Umani

13.00 – 13.30

Conclusioni

E' stato invitato il Presidente della Giunta Regionale Toscana Claudio Martini

15.00 – 17.00

Workshop

Sessione pratica sulle tecniche di respirazione e meditazione. La respirazione yogica come strumento per alleviare lo stress nelle professioni di aiuto. Come selezionare, relazionarsi e preparare i pazienti alle pratiche di respirazione yogica.

Fahri Saatcioglu – prof. Dipartimento di Biologia Molecolare – Oslo University, Norvegia

Richard Brown – prof. Columbia University, American Psychiatric Association – New York, USA

17.00 – 17.30

Chiusura lavori

Da tempo immemorabile la saggezza dell'Oriente ha consacrato il respiro come chiave di accesso ai più elevati stati di coscienza: la mente, che da sola non può calmare se stessa, può farlo attraverso il respiro. In Occidente si respira in modo sempre più superficiale e disordinato: uno degli strumenti terapeutici più preziosi continua ad essere ignorato dai più. Respirare bene è semplice, non costa e non ha effetti collaterali: è una terapia veramente ideale e alla portata di tutti in una società "affannata".

Il convegno sul respiro che vede la presenza di illustri clinici, ricercatori e studiosi a livello internazionale, vuole focalizzare l'attenzione degli operatori nel campo della salute, medici e non, sulle enormi potenzialità terapeutiche delle tecniche di respirazione.

Il respiro viene riconsegnato a ciascuno come strategia essenziale di ben-essere e di ottimizzazione della qualità di vita individuale e sociale in un percorso sempre più improntato alla salutogenesi collettiva.

Perché un convegno sulla scienza del respiro per i professionisti della salute?

- Per suggerire l'uso personale ad operatori la cui forte criticità professionale richiede strumenti efficaci di stress management.
- Per portare gli operatori a conoscenza di preziosi ed efficaci strumenti terapeutici aggiuntivi di documentata validità.
- Per consentire all'operatore di conoscere, di sapersi orientare e orientare i cittadini/utenti nell'ampio panorama delle medicine complementari.