

I workshop di

**YOU ARE
BORN TO**



1° maggio
LOPPIANO
2025

Il Coraggio di Fiorire

Con **il Gen Verde**



Danza

Con questo laboratorio vogliamo invitare ogni partecipante a riflettere e a scoprire il valore di ogni persona, ma prima di tutto il valore di sé stesso: ogni persona è unica ed è importante con tutto quello che è e che ha vissuto. Invitiamo anche a riscoprire i nostri sogni e a condividere questo “cammino di ricerca di sé” con gli altri. Faremo tutto questo, attraverso la realizzazione di una coreografia su una canzone del Gen Verde, stile K pop (in coreano), amata da tanti.

Numero minimo: 9

Numero massimo: 25

Luogo: Salone San Benedetto Sala A

Con **il Gen Verde**



Workshop di **CANTO**

Il workshop di canto corale è un laboratorio che vuole aiutare i partecipanti a scoprire la propria voce, dal singolo al collettivo, attraverso vari esercizi vocali di respirazione, il lavoro sulla postura e i vocalizzi.

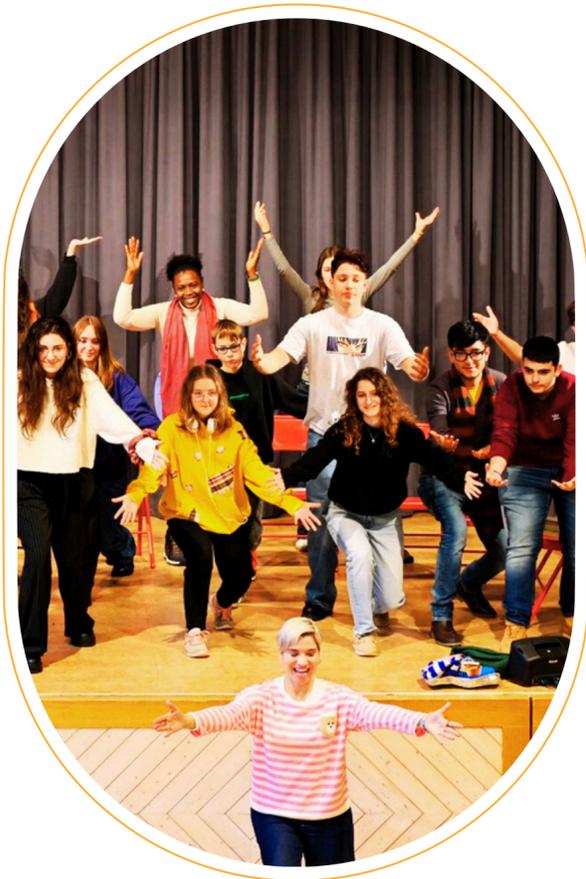
Impareremo a cantare in coro e a esprimere le nostre emozioni attraverso un brano del Gen Verde intitolato “My heart has no frontiers”.

Numero minimo: 10

Numero massimo: 30

Luogo: Sala D Auditorium

Con **il Gen Verde**



Workshop di **TEATRO**

La **CONDIVISIONE DELLO SPAZIO** scenico, il **RAPPORTO** con le persone con le quali condividere lo spazio, la **COMUNICAZIONE** chiara e diretta: questi sono i tre aspetti scelti, tra i tanti, per vivere un'esperienza teatrale più trasformante possibile. Attraverso esercizi mirati alla costruzione del gruppo e partendo dall'improvvisazione, ogni partecipante verrà a contatto con sé stesso e le sue emozioni per costruire il suo personaggio. Cosa accade quando ci accorgiamo del buio e della luce che ci abitano quando siamo soli o tra tanta gente?

Numero minimo: 6

Numero massimo: 15

Luogo: Saletta Arancio Auditorium

Con **il Gen Verde**



Workshop di **STREET PERCUSSION**

Nel workshop di Street Percussion si sperimenta la costruzione di una musica strumentale in gruppo producendo suoni con un oggetto preso dalla vita quotidiana: dei secchi di plastica.

Si lavorerà su vari ritmi, sui tempi dentro la musica, la coordinazione, l'ascolto, le dinamiche, i vari tipi di suoni, le varie emozioni: costruiremo nella diversità una sola musica, un solo respiro.

Numero minimo: 5

Numero massimo: 30

Luogo: Salone San Benedetto Sala B



con **Beatrice Ballarini**
visual creative

Sblocca il tuo potenziale: viaggio creativo alla scoperta di te

Un viaggio appassionante tra storie, simboli e domande inattese, durante il quale esploreremo il nostro mondo interiore, scoprendo nuove e inaspettate sfaccettature: preparati a fare il primo passo per esprimere il tuo talento!

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: 100

Luogo: Parcheggio sotto

con
Marta Michelacci
docente di storia dell'arte
e
Francesca Romano
scenografa



L'autoritratto di nessuno

In questo workshop/flashmob viene affrontato il fenomeno delle migrazioni, diventato negli anni un terreno di scontro politico e culturale. Si tratta di storie di persone in fuga da guerra, dittature, persecuzioni, carestie, povertà... alla ricerca di condizioni di vita migliori per sé e per la propria famiglia. (...) “L'autoritratto siamo noi, sono io, sei tu. Ti svegli un giorno e ti accorgi che la tua casa non è più la tua «casa»; che devi abbandonare il tuo vissuto e metterti in cammino, indossare un unico abito e partire”.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: 70-100

Luogo: prima parte, corridoi Salone San Benedetto; seconda parte, campo da calcio a sinistra

**con Hung
Ely e
Ana**



Questione di sguardo: passato, presente e futuro come metafore

Attraverso dinamiche interattive, individualmente ma anche in gruppo, percorrendo espressioni culturali diverse, matureremo insieme una coscienza sulla grande domanda della proprio esistenza.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: 40

Luogo: Atelier Hung

con **don Carlo Josè Seno**
prete & pianista



Musica, specchio di speranza

Breve itinerario attraverso il linguaggio della musica classica al pianoforte. Da brani con intenzioni dichiarate dai compositori, attraverso composizioni ricche di allusioni simboliche, fino a incontrare pagine che ti parlano subito, perché sono uno specchio del tuo io più profondo.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Santuario Maria Thoetokos

con **Marco Rossetti**
psicologo
e **Matteo Fugazza**
counselor



Viaggiare nella propria storia: il passato come maestro, il futuro come apertura

Ti è mai capitato di sentirti bloccato dal tuo passato? Di desiderare di guardare avanti con più fiducia e chiarezza? Questo workshop è uno spazio sicuro e stimolante per esplorare il tuo percorso di vita, accogliere ciò che è stato e aprirsi al futuro. Attraverso un mix di riflessione psicologica, spirituale e attività interattive, ti accompagneremo in un viaggio nella tua storia.

Un'esperienza profonda, leggera e coinvolgente.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: 40

Luogo: Sala C Auditorium



con **Angela Albuquerque**

Come fiorire in pienezza, nella "versione" migliore di noi

In tutto il mondo non esiste nessun altro/a che sia come te, come me! Ognuno di noi è unico e insostituibile, e questo rende la vita di ognuno/a straordinaria e preziosa! Possiamo scegliere di conoscerci come siamo, di accettarci, di scoprirci e volerci bene, di vivere la vita in pienezza con noi stessi, con me stessa/o e costruire relazioni sane, piene, con gli altri e con Dio.

Ma la capacità di fiorire accettandosi e volendosi bene così come si è e di voler bene agli altri, non significa rinunciare a migliorarsi. Anzi, ci motiva a lavorare su di noi per diventare la versione migliore di noi stessi. In che modo? Vieni a scoprirlo!

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: 40

Luogo: Salone San Benedetto e Parco giochi

con **Andrea Cardinali**
teacher & writer



E quindi uscimmo a riveder le stelle...

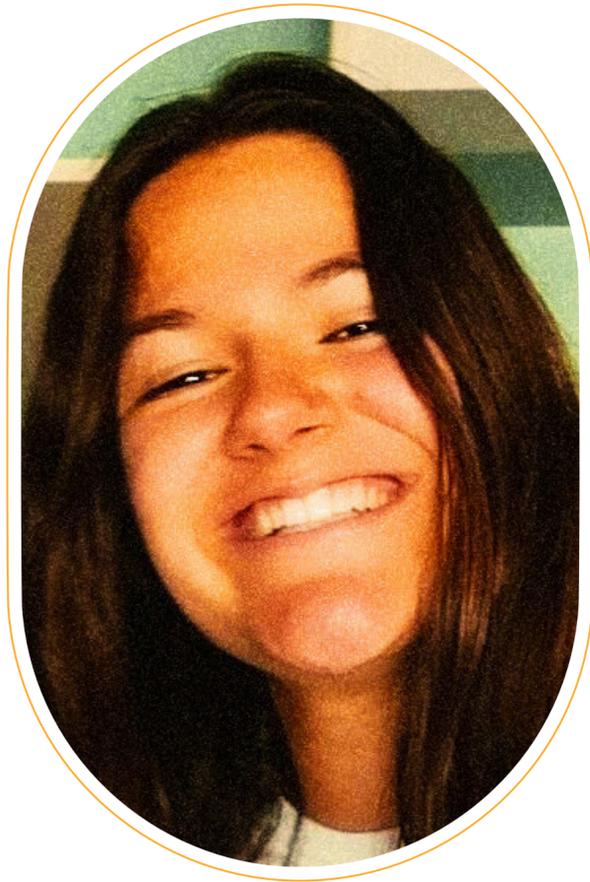
Semplicemente, l'arte di essere autentici:
scelte e sfide alla ricerca della felicità.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Salone San Benedetto Campo da calcio a destra

con **Mariana Barradas**



Dalle Radici ai Frutti: dipingere per conoscere

“Con un cuore pieno e la volontà di creare, basta un pennello per cambiare la vita” (Papa Francesco, Riunione della sede centrale delle Scholas Occurrentes, 2017). Una semplice pennellata può aprire la strada alla scoperta di chi sei e un murale può diventare il frutto di una creazione collettiva, dove le vite si incrociano come radici, le storie si toccano come rami e ci si incontra e ci si riconosce. La pittura ti aiuterà a dare forma a ciò che hai dentro!

Non è necessario saper dipingere. Tutto ciò che serve è la volontà di esprimersi, di ascoltare e di creare qualcosa di più grande di te, con gli altri.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: 30

Luogo: Parcheggio sotto

a cura del **Polo Lionello Bonfanti**



Tai-chi

Il Tai Chi Ch'üan (Chuan) o Tai Chi è uno stile interno delle arti marziali cinesi, nato come tecnica di combattimento e praticato da secoli in Cina da giovani ed anziani, ma oggi è conosciuto in occidente soprattutto come ginnastica e come tecnica di medicina preventiva.

Grazie a questa disciplina, che impone di analizzare ogni singolo movimento con consapevolezza, è possibile intervenire sui vecchi schemi motori e acquisirne di nuovi; ovviamente, ciò richiede molti esercizi di allenamento.

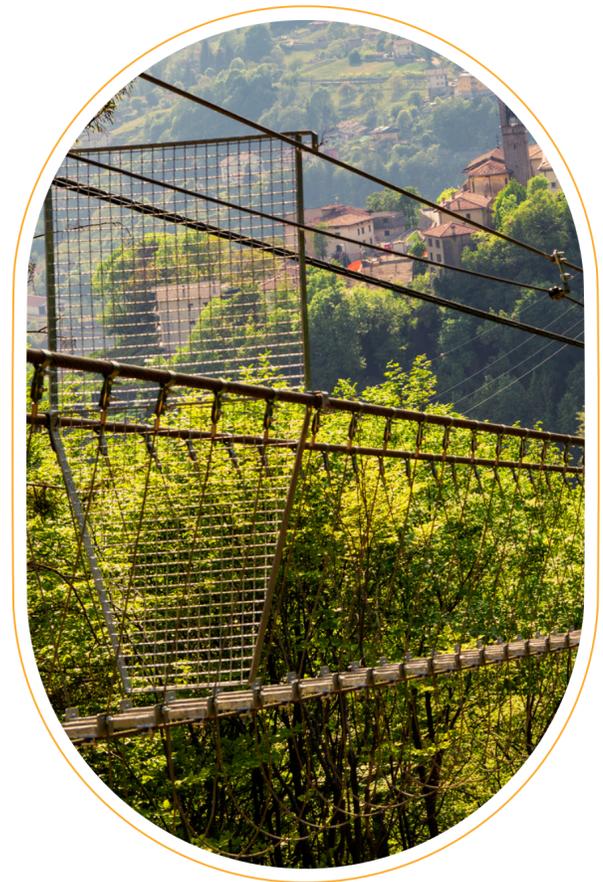
Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Parcheggio sopra

con **Antonio Sgarlata**

Ponte sensoriale



Un'esperienza immersiva nella natura. Un percorso a piedi nudi, lungo circa 100 metri, costruito con piastre sensoriali contenenti materiali naturali.

I partecipanti, bendati, saranno invitati a camminare su questo ponte, privati della vista ma accompagnati da un risveglio profondo degli altri sensi.

Lontano da un semplice gioco, il Ponte Sensoriale diventa uno strumento per rientrare in ascolto di sé stessi, della terra e del creato. In un mondo dominato dalla vista e dalla velocità, questa esperienza vuole offrire un tempo lento, profondo, in cui ogni passo diventa consapevolezza. Camminare senza vedere ci mette in contatto con la fragilità, la fiducia, l'intuito, e ci permette di riscoprire il corpo come antenna viva, ricettiva. L'obiettivo non è solo sentire la terra, ma sentirsi parte di essa. È un invito a ritrovare il legame con la natura, con sé stessi e con l'altro, in uno spazio di comunione, fraternità e silenzioso amore reciproco.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Percorso Laudato si

con **Andrea Galluzzi**
ingegnere elettronico
&
filosofo



Tecnologie orientate alla fioritura umana

Durante il laboratorio parleremo di cosa sono le tecnologie e il loro ruolo per l'essere umano. Parleremo del "guscio tecnologico" e di come esso influisce sulla costruzione del "sé" e del "noi". Soprattutto parleremo di tecnologie digitali (e anche di IA).

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Piano basso Galleria Auditorium



con **Sergio Barbaro**
Professore incaricato di Sistemi
Giuridici Comparati I.U.S.

I fenomeni migratori e la fragilità umana

Siamo al centro di un continuo dibattito sulla situazione dello straniero e del migrante, che è oggetto non solo dell'attenzione dei media ma anche di manipolazioni e strumentalizzazioni ideologiche. Il workshop vuole indagare il concetto di "straniero" e di "migrante" al fine di fare chiarezza, prendendo in considerazione il quadro normativo esistente, partendo dalla Convenzione di Ginevra sulla condizione dei rifugiati, per poi approfondire le vulnerabilità giuridiche, sociali, economiche che tale situazione incontra nell'attuale quadro geopolitico.

Il workshop integrerà la narrazione con la visione di stralci di alcuni film.

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Sala B Auditorium

con Gianni **Antoniol**



Mostra internazionale di strumenti etnici da tutto il mondo

Il dono di un'arpa angolare, avvenuto nel 1993, sollecitò Gianni Antoniol, musicista e compositore, a iniziare una raccolta di strumenti musicali del mondo.

In questo percorso avremo la possibilità di vedere da vicino gli strumenti, toccarli e sentirne i suoni, permettendo di conoscere le tecniche e il mondo degli artigiani che li hanno prodotti: i materiali di cui sono fatti raccontano il luogo e la cultura di provenienza

Durata: 1h e 15min

Numero partecipanti max: No limit

Luogo: Capannone Zona Api