



# LABORATORI mensili ADULTI di ARTETERAPIA corpo-mente



**MOVVART ADULTI**  
**"Sciogli il corpo, libera la mente."**

**VENERDI' ore 19,30-21,30**  
**8 incontri mensili**  
**dal 10 novembre '23 al 7 giugno '24**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**



IL PARCOLORATO  
DELLE MANI E DELLE IDEE

## MOVVART ADULTI

### "Laboratori mensili di arteterapia corpo-mente"

**VENERDI' dalle 19,30 alle 21,30**

**nelle seguenti date:**

10 novembre, 15 dicembre 2023  
19 gennaio, 9 febbraio, 15 marzo, 19 aprile,  
17 maggio, 7 giugno 2024

Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.  
Dando spazio all'immaginazione, affronteremo un viaggio con tappe significative che hanno a che fare con la vita, in senso universale, e alla natura.

Ispirato alla danzaterapia di Maria Fux, Movvart è un laboratorio di arti-terapie che coinvolge corpo e mente favorendo l'equilibrio psicofisico, la comunicazione non verbale e la creatività.

Un appuntamento di trasformazione e crescita personale.

**costo:** € 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ; ingresso occasionale € 30,00

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**





**LABORATORI mensili ADULTI  
di ARTETERAPIA corpo-mente  
danzaterapia, pittura & Co.**



**MOVVART ADULTI**

**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 10/11/23 ore 19,30-21,30**

**Cosa c'è nella mia valigia**

**prossimo incontro 15/12/23**

Ph. iurii-melentsov-7iKuB62COBU-unsplash

**www.parcolorato.com  
MILANO**



# MOVVART ADULTI

## Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.

**VENERDI' 10/11/23 dalle 19,30 alle 21,30**

### Cosa c'è nella mia valigia

prossime date: 15 dicembre 2023

19 gennaio, 9 febbraio, 15 marzo, 19 aprile, 17 maggio, 7 giugno 2024

Ognuno di noi porta con sé un bagaglio, che nel cammino della vita si riempie di esperienze, ma che già in partenza contiene le nostre risorse, i "talenti", e ciò che proviene dalla nostra famiglia - talvolta anche pesi. Lo scopriremo nella proposta di danzaterapia Fux e un laboratorio esperienziale di arteterapia.

**costo:** € 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ; ingresso occasionale € 30,00

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**





# LABORATORI mensili ADULTI di ARTETERAPIA corpo-mente danzaterapia, pittura & Co.



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 15/12/23 ore 19,30-21,30**

**Dove sono diretta(o)**

**prossimo incontro 19/1/24**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**



# MOVVART ADULTI

## Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.

**VENERDI' 15/12/23 dalle 19,30 alle 21,30**

**DOVE SONO DIRETTA/O**

prossime date: 19 gennaio, 9 febbraio,  
15 marzo, 19 aprile, 17 maggio, 7 giugno 2024

La vita è un'avventura: una strada che vorremmo chiara, costante e semplice da percorrere.

Sappiamo tutti che non è così.

Prima di tutto, occorre orientarsi.

Quando poi abbiamo scelto una direzione e si presentano degli ostacoli, siamo aperti a fluire, o a testa bassa ci sforziamo di abatterli?

Questo e altro scopriremo di noi, nella proposta di danzaterapia e di arteterapia.

**costo:** € 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ; ingresso occasionale € 30,00

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**





**LABORATORI mensili ADULTI  
di ARTETERAPIA corpo-mente  
danzaterapia, pittura & Co.**



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 19/1/24 ore 19,30-21,30**  
**Quando soffia il vento**  
**prossimo incontro 9/2/24**

**www.parcolorato.com**  
**MILANO**





# MOVVART ADULTI

## Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.

**VENERDI' dalle 19,30 alle 21,30**

**19 gennaio 2024 Quando soffia il vento**

prossime date: 9 febbraio, 15 marzo,  
19 aprile, 17 maggio, 7 giugno 2024

Il vento, un elemento naturale, che nella nostra esperienza personale offre lo spunto a differenti riflessioni: il vento smuove, se è forte ci mette alla prova, ma anche ci aiuta a lasciare andare, a muoverci da posizioni troppo radicate...Oppure, al contrario, se manca il radicamento, si perde la stabilità.

Di cosa ho bisogno, io, oggi?

Questo e altro scopriremo di noi, nella proposta di danzaterapia e di arteterapia.

**costo:** € 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ; ingresso occasionale € 30,00

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**





# LABORATORI mensili ADULTI di ARTETERAPIA corpo-mente danzaterapia, pittura & Co.



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 9/2/24 ore 19,30-21,30**

**Il viaggio del ramo**

**prossimo incontro 15/3/24**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**



## MOVVART ADULTI

# Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.

**VENERDI' 9/2/24 dalle 19,30 alle 21,30**

## Il viaggio del ramo

prossime date:

15 marzo, 19 aprile, 17 maggio, 7 giugno 2024

Quando un ramo spezzato dall'albero cade nel fiume, subisce numerosi trasformazioni, e finalmente giunge al mare, che prima o poi lo restituirà alla terra.

Nella proposta di danzaterapia vivremo la metafora di questo lungo viaggio da terra a mare, da mare a terra. Con il disegno raffigureremo "il ramo che siamo diventati".

**costo:** ingresso occasionale € 30,00  
€ 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ;

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**





**LABORATORI mensili ADULTI  
di ARTETERAPIA corpo-mente  
danzaterapia, pittura & Co.**



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 15/3/24 ore 19,30-21,30**

*Il tempo dell'attesa*

**prossimo incontro 19/4/24**

**www.parcolorato.com**  
**MILANO**





IL PARCOLORATO  
DELLE MANI E DELLE IDEE

# MOVVART ADULTI

Ascolta il corpo,  
libera la mente, apri il cuore.

**VENERDI' 15 marzo 2024 dalle 19,30 alle 21,30**

## IL TEMPO DELL'ATTESA

prossime date: 19 aprile, 17 maggio, 7 giugno 2024

In questo incontro di danzaterapia esploreremo la dimensione del Tempo attraverso la musica, che è anche "tempo vuoto", nella pausa. Nell'attesa del nuovo attacco musicale, come lavora in me, il vuoto? Troveremo poi una forma artistica per rappresentarlo, così come Penelope tesseva la sua tela aspettando il ritorno di Ulisse.

costo: ingresso occasionale € 30,00  
€ 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per  
materiali artistici ;

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta  
[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**





**LABORATORI mensili ADULTI**  
di **ARTETERAPIA** corpo-mente  
danzaterapia, pittura & Co.



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 19/4/24 ore 19,30-21,30**

**La trasformazione**

**prossimo incontro 17/5/24**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**





IL PARCOLORATO  
DELLE MANI E DELLE IDEE

## MOVVART ADULTI

### Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.

**VENERDI' 19/4/24 dalle 19,30 alle 21,30**  
**LA TRASFORMAZIONE**

prossime date: 17 maggio, 7 giugno 2024

La trasformazione talvolta può essere faticosa, ma ci offre la possibilità ad aprirci a mondi nuovi, inesplorati. Rinnovarci significa "anche tornare bambini", capaci di stupirci e di ritrovare il gusto delle piccole cose. Nella proposta di danzaterapia e di arteterapia vivremo la metafora della trasformazione da crisalide in farfalla, conquistando la **Leggerezza**.

**costo:** ingresso occasionale € 30,00  
€ 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ;

**Conduce Annamaria Pittari,**  
**danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**





# LABORATORI mensili ADULTI di ARTETERAPIA corpo-mente danzaterapia, pittura & Co.



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 17/5/24 ore 19,30-21,30**

**Un fiore tra i fiori**

**prossimo incontro 7/6/24**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**





IL PARCOLORATO  
DELLE MANI E DELLE IDEE

**MOVVART ADULTI**  
**Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.**

**VENERDI' 17/5/24 dalle 19,30 alle 21,30**

**Un fiore tra i fiori**

prossima e ultima data: 6 giugno 2024

Siamo parte di un tutto, ma ciascuno di noi è unico e speciale. Attraverso la metafora del prato fiorito, scopriremo la nostra unicità vivendo l'esperienza di danzaterapia.

Nel laboratorio di arteterapia daremo forma al fiore che siamo: con i suoi colori, il suo profumo.

**costo:** ingresso occasionale € 30,00  
€ 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ;

**Conduce Annamaria Pittari,**  
**danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**





**LABORATORI mensili ADULTI  
di ARTETERAPIA corpo-mente  
danzaterapia, pittura & Co.**



**MOVVART ADULTI**  
**Laboratorio di danzaterapia e artiterapie**

**VENERDI' 7/6/24 ore 19,30-21,30**

**L'ALVEARE**

Ultimo incontro 2023-24

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)**  
**MILANO**





IL PARCOLORATO  
DELLE MANI E DELLE IDEE

## MOVVART ADULTI

**Ascolta il corpo, libera la mente, apri il cuore.**

**VENERDI' 7/6/24 dalle 19,30 alle 21,30**

### L'ALVEARE

La natura in primavera ci offre tanti spunti di riflessione. Proviamo a immergerci nel mondo delle api, scoprendo il nostro ruolo nel mondo e la gioia di festeggiare insieme il frutto del nostro lavoro! L'esperienza di arteterapia sarà un colorato e originale dance-painting in tema.

**costo:** ingresso occasionale € 30,00  
€ 200,00 (ciclo di 8 incontri), oltre a € 25,00 per materiali artistici ;

**Conduce Annamaria Pittari,  
danzaterapeuta metodo Fux - arteterapeuta**

**[www.parcolorato.com](http://www.parcolorato.com)  
MILANO**



# Cos'è la Danzaterapia di Maria Fux

La danzaterapia di Maria Fux è uno splendido approccio per dar voce alla parte più intima di ogni essere umano: si rivolge infatti a tutti, senza barriere culturali, di età e di abilità, perché parla il linguaggio semplice della "Vita".

Nata come metodo inclusivo per persone con disabilità, rappresenta una modalità per entrare in contatto con se stessi, invitando altresì a riflettere sulle relazioni con il mondo esterno, dalla dimensione "a due" a quella di gruppo.

Nei miei laboratori Mowart l'ispirazione alla danzaterapia si deve dal punto di vista metodologico, perchè indaga le relazioni interpersonali e le dimensioni dello spazio e del tempo usando il linguaggio del corpo e quello simbolico tipico delle artiterapie.

La vita non è solo profondità, ma anche leggerezza, "allegria", come amava ricordare la Maestra Argentina, vissuta fino al 31/7/23 all'età di 101 anni.

Questo l'obiettivo finale: aspirare alla gioia della vita.

**Annamaria Pittari, diplomata in danzaterapia metodo Fux e artiterapie**



# IL PARCOLORATO DELLE MANI E DELLE IDEE

via Lomellina 62 Milano  
MM4 ARGONNE- bus 54, 93, 45  
passante FORLANINI



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

3385412098 [parcolorato@gmail.com](mailto:parcolorato@gmail.com)