



Istituto di Comunicazione Olistica Sociale

Scuola di Alta Formazione dal 1987

Scuola di Alta Formazione in PNL BioEfica dal 1994

Ente riconosciuto dal MIUR per la formazione/aggiornamento docenti di ogni ordine e grado D.M. 177 24-05-2001

Scuola di Specializzazione Quadriennale in Psicoterapia PNLt riconosciuta dal MIUR con D.M. 25-03-2004

Ente riconosciuto dal MIUR per formazione tramite la Carta Docente D.M. 170/2016

Scuola di Alta Formazione in Criminologia Clinica e Scienze Forensi dal 2017 e Psicodiagnosi Clinica e Forense dal 2019

Presidente: Prof.ssa Daniela Poggiolini

SEMINARIO

A SCUOLA DI MANDALA

MEDITARE, CREARE E DIPINGERE

30 E 31 MAGGIO – 1° GIUGNO 2025 / 9.30-18.30



INTRODUZIONE

Il Mandala è molto più di una semplice forma artistica: è uno strumento potente di consapevolezza, introspezione e trasformazione personale. Da secoli utilizzato in numerose culture come simbolo sacro, il Mandala rappresenta l'unità, l'equilibrio e l'armonia tra corpo, mente e spirito.

Il workshop "A scuola di Mandala", condotto da Shanti Udgiti e Daniela Poggiolini, è un'esperienza immersiva che unisce creatività, meditazione e crescita personale. Attraverso momenti teorici, laboratori pratici e attività di gruppo, i partecipanti verranno guidati nella scoperta del significato profondo del Mandala e nella creazione di opere uniche, espressione del proprio mondo interiore. Un percorso aperto a tutti – insegnanti, educatori, terapeuti, artisti e chiunque desideri riscoprire il proprio centro attraverso il linguaggio universale del disegno e del colore.



PROGRAMMA

Cosa vivrai in questo seminario

- Introduzione al significato del Mandala nella crescita personale e spirituale
- Teoria: mandala e chakra, colori e forme simboliche
- Primi approcci alla creazione del Mandala: simbologia e forme
- Funzioni del respiro e inizio lavoro pratico produzione artistica
- Disegno guidato del proprio primo Mandala
- Connessione tra colore ed emozione: Mandala e consapevolezza interiore
- Meditazione dinamica bioenergetica
- Mandala meditativo: creare in ascolto del proprio sé
- Presentazione/lettura dei Mandala

Perché partecipare

- Per ritrovare il tuo centro

Attraverso la creazione del Mandala entrerai in contatto con la tua dimensione interiore, favorendo equilibrio, calma e chiarezza mentale.

- Per stimolare la creatività

Il percorso ti aiuterà a liberare l'espressione artistica, anche se non hai competenze nel disegno. Il Mandala è accessibile a tutti.

- Per apprendere uno strumento educativo e terapeutico

Scoprirai come utilizzare il Mandala in contesti scolastici, educativi e di crescita personale. Un valore aggiunto per insegnanti, formatori, educatori e terapeuti.

- Per vivere un'esperienza trasformativa

Non è solo un corso, ma un viaggio: ogni Mandala creato è un passo verso la consapevolezza e il benessere.

- Per formarti con due esperte del settore

Shanti Udgiti e Daniela Poggiolini ti accompagneranno con competenza e sensibilità in ogni fase del percorso, condividendo anni di esperienza nel lavoro con il Mandala e lo sviluppo personale.



Istituto di Comunicazione Olistica Sociale

Scuola di Alta Formazione dal 1987

Scuola di Alta Formazione in PNL BioEfica dal 1994

Ente riconosciuto dal MIUR per la formazione/aggiornamento docenti di ogni ordine e grado D.M. 177 24-05-2001

Scuola di Specializzazione Quadriennale in Psicoterapia PNLt riconosciuta dal MIUR con D.M. 25-03-2004

Ente riconosciuto dal MIUR per formazione tramite la Carta Docente D.M. 170/2016

Scuola di Alta Formazione in Criminologia Clinica e Scienze Forensi dal 2017 e Psicodiagnosi Clinica e Forense dal 2019

Presidente: Prof.ssa Daniela Poggiolini



REQUISITI MINIMI E TARGET

Il corso è rivolto a:

Il seminario è aperto a tutti coloro che desiderano evolvere, in particolare:

- Persone in cammino verso la consapevolezza
- Psicologi, Psicoterapeuti
- Professionisti relazioni d'aiuto
- Chiunque voglia apprendere lo strumento



DOCENTI

Daniela Poggiolini

Psicologa, Ipnoerapeuta, Trainer in PNLt, Costellatrice Sistemica Familiare – Modello B. Hellinger, Artista, Scrittrice, Già docente di arte Accademia di Belle Arti.

Shanti Udgiti

Shanti Udgiti, il cui nome significa "Canto di Pace", è un'artista e insegnante italiana con oltre 30 anni di esperienza nella pittura di mandala e nella meditazione. Nata come Shanti Tozzi, ha studiato filosofia e antropologia all'Università di Firenze. In seguito, ha lavorato come antropologa in Messico, studiando le culture dei popoli Maya e Tarahumara. Negli anni '80, è diventata discepola del maestro spirituale Osho, vivendo e lavorando nelle sue comunità in Oregon e a Pune, in India. Durante questo periodo, ha approfondito la pratica della meditazione e ha scoperto la pittura di mandala come strumento di introspezione e crescita personale.

REFERENTE E COORDINATRICE

Graziana Viterbo, Psicologa, Psicoterapeuta in form. PNL Terapeutica, Coach e Master in PNL, Coordinatrice eventi e corsi IKOS.



DURATA, ORE E FREQUENZA DELLE LEZIONI

Durata totale del corso: 20 ore

Data: **30-31 Maggio – 1° giugno 2025**

Orario: venerdì 15.00-18.30; sabato e domenica 9.30-18.30, con pausa pranzo e pause intermedie.

Sede: IKOS, Via G. Amendola 162/1 – Bari (Executive Center)



ATTESTATO

Al termine del percorso IKOS rilascia attestato di partecipazione per tutti.



Istituto di Comunicazione Olistica Sociale

Scuola di Alta Formazione dal 1987

Scuola di Alta Formazione in PNL BioEfica dal 1994

Ente riconosciuto dal MIUR per la formazione/aggiornamento docenti di ogni ordine e grado D.M. 177 24-05-2001

Scuola di Specializzazione Quadriennale in Psicoterapia PNLt riconosciuta dal MIUR con D.M. 25-03-2004

Ente riconosciuto dal MIUR per formazione tramite la Carta Docente D.M. 170/2016

Scuola di Alta Formazione in Criminologia Clinica e Scienze Forensi dal 2017 e Psicodiagnosi Clinica e Forense dal 2019

Presidente: Prof.ssa Daniela Poggiolini



QUOTA PARTECIPATIVA

Quota ordinaria: 350,00€

- Socio IKOS 2025: sempre € 220,00
- Partecipante singolo: € 250,00
- Coppia o Gruppi: € 230,00 ciascuno
- Studenti entro i 30 anni: € 190,00



È possibile, inoltre, utilizzare la CARTA DOCENTE in quanto IKOS AgeForm è ente aderente all'iniziativa con decreto n.170/2016.

IBAN per adesione ai Corsi di Formazione

Conto intestato a IKOS Ageform SRL - BANCA - BDM BANCA SPA

IBAN: IT 56 V054 2404 0060 0000 1003735

Tutti gli importi sono comprensivi di IVA.

Per ulteriori informazioni su termini di pagamento, contattare la segreteria amministrativa:

amministrazione@ikosageform.it o il n. 0805212483

Amministrazione e contabilità: Anna Mastronardi



ISCRIZIONE E INFORMAZIONI:

Per l'accesso al workshop è necessario compilare l'apposita scheda di iscrizione presso la segreteria dell'IKOS in Via Giovanni Amendola 162/1, 70126 - Bari.

Il numero dei partecipanti è limitato a massimo 10 partecipanti.

In caso di superamento del numero massimo di partecipanti, farà fede:

- 1) Data di invio della domanda di iscrizione e della quota di iscrizione.



SEDE del CORSO

Sede IKOS presso Via Giovanni Amendola 162/1, 70126 - Bari.



CONTATTI E INFORMAZIONI

Per qualsiasi ulteriore informazione la segreteria del Corso, presso l'IKOS è a disposizione di quanti riterranno opportuno rivolgersi.

TEL: 0805212483

CELL: 3756310548 – disponibile anche su WhatsApp

E-mail: segreteria@ikosageform.it

Ricevimento: dal lunedì al venerdì dalle 9.30 alle 13.30 e dalle 15.00 alle 18.30, previo appuntamento.

Referente e Coordinatrice

Dott.ssa Graziana Viterbo

Psicologa, Psicoterapeuta in form. PNLt