

Verticalità del sentire

con Sandra Zabeo

7 maggio 2026, ore 17.00

Complesso Socio Sanitario Dei Colli
Via dei Colli, 4, Padova

Un'esperienza immersiva per ritrovare connessione, presenza e ascolto.

In questo incontro saremo guidati in una pratica corporea dolce e profonda, a contatto con alberi grandi e piccoli, per entrare in risonanza con lo spazio naturale che ci accoglie.

Attraverso il respiro, il movimento e la percezione sensibile, presteremo attenzione alla luce che filtra tra i rami, lasciandola attraversare il corpo e nutrire i sensi.

Un invito a rallentare per sentire il corpo nello spazio, in dialogo con i colori e le forme della natura.

Un tempo per radicarsi, rigenerarsi e ritrovare la propria verticalità. (Sandra Zabeo).

La pratica è aperta a tuttə, senza necessità di esperienze pregresse, e si svolgerà negli spazi esterni del complesso.

In caso di maltempo si terrà nel Salone Nobile.

Si consiglia un abbigliamento comodo.

*L'appuntamento è realizzato nell'ambito della Terza Missione DiSLL, progetto *Sensibili alla luce*. Un percorso esperienziale tra linguaggio, immaginario e percezione della materia luminosa, a cura di Cristina Grazioli.*

