



IL FUTURO È OGGI

LE FUTUR, AUJOURD'HUI!

COMUNICATO STAMPA

Valle d'Aosta Futura organizza **venerdì 21 Marzo 2025 alle ore 20.30** presso la sala BCC di Aosta, v.le Garibaldi 3, un incontro pubblico con il Dott. Gianmario Governato che ci aiuterà ad **affrontare al meglio il cambio di stagione**: la primavera è la stagione del risveglio, del rinnovamento, di un nuovo inizio. È una stagione che si impone alla vita e spesso non siamo pronti ad affrontarla.

Titolo della conferenza è:

“ L' ARTE DI STAR BENE “

Primavera, trasformazione e allergie.

Il relatore, Dott. Gianmario Governato, è laureato in Medicina e Chirurgia con una formazione quadriennale in Medicina

Psicosomatica ad indirizzo psicoterapico presso l'Istituto Riza di medicina psicosomatica di Milano; ha svolto un percorso personale e didattico di formazione psicoanalitica Junghiana e una formazione in Omeopatia classica unicista. Autore di due e.book "Ciao sono il cuore e voglio parlarti di me" e "Ciao sono il fegato e voglio parlarti di me".

Svolge la sua attività di medico psicoterapeuta ed omeopata in Piemonte e Valle d'Aosta negli studi di Gressan (Ao), di Torino e di Alba (Cn).

Il nostro modo di vivere è diventato sempre più complesso e artificiale, tutto è sempre più meccanico e ripetitivo. Ci siamo allontanati dalla natura, dalla sua lentezza, dal suo ritmo, dalla sua capacità di donarci quel silenzio di cui abbiamo tanto bisogno: scopriremo insieme come nutrire la mente e ottenere le chiavi del benessere attraverso poche e semplici regole pratiche.

Si parlerà del cervello e della sua grande plasticità, di quanto sia importante, soprattutto in primavera, disintossicarlo. Solitamente pensiamo che solo il corpo abbia bisogno di disintossicarsi, lasciando in disparte l'aspetto più straordinario e cioè la depurazione della nostra mente. Allora, su queste basi, vedremo come possiamo leggere le allergie, una patologia che negli ultimi decenni è aumentata esponenzialmente; capiremo come interpretarle, qual è il loro significato simbolico e cosa possiamo

fare per prevenirle, non solo con sostanze naturali, ma anche con un corretto atteggiamento mentale.

La serata sarà inoltre un'opportunità per riflettere su ciò che conta davvero per ognuno di noi: realizzare la propria Natura tenendo presente che nella nostra interiorità esiste una sorgente di energia perenne, inesauribile, presente da sempre, ma di cui non ne abbiamo consapevolezza poiché rivolgiamo il nostro sguardo sul mondo esterno, sui ragionamenti, sugli schemi e sui modelli che ci imprigionano e che ci portano lontani dalla nostra essenza. Non prendiamo contatto con questo sapere innato, diventiamo come piante senza radici e non conosciamo il benessere.

Scopriremo le leggi dell'anima, che sono le leggi della natura che è dentro e fuori di noi.

L'anima, quella forza invisibile che costruisce da sempre il nostro volto, il nostro corpo, la nostra coscienza.

Aosta, 10 Marzo 2025

Il Coordinamento di Valle d'Aosta Futura