

ALIMENTAZIONE e SALUTE MENTALE

CICLO DI CONFERENZE DI APPROFONDIMENTO 2017

- 26 OTTOBRE** Aula Magna Ospedale Maggiore, Bologna
9 NOVEMBRE Aula Magna Ospedale Maggiore, Bologna
23 NOVEMBRE Sala conferenze AVIS presso Ospedale Maggiore, Bologna
14 DICEMBRE Aula Magna Ospedale Maggiore, Bologna

Tutte le conferenze verranno trasmesse in diretta streaming presso il Liceo IIS Montessori-Da Vinci di **Porretta Terme** a cura del Centro di Servizio per il Volontariato di Chieti.

I NOSTRI ESPERTI

- Michele Riefoli** - Milano
Omar Bsoul - Genova
Nader Butto - Tel Aviv
Lorena Di Modugno - Milano
Anna Di Muzio - Roma

ACCESSO LIBERO APERTO ALLA CITTADINANZA

CHI SIAMO?

Siamo una rete di Associazioni del CUFO (Comitato Utenti, Familiari ed Operatori dell'AUSL di Bologna) che opera in partenariato con il Dipartimento di Salute nell'ambito del programma PRISMA del DSM-DP (Promuovere e Realizzare Insieme Salute Mentale Attivamente).

PERCHÉ OCCUPARSI DI ALIMENTAZIONE QUANDO SI HANNO DISAGI PSICHICI?

Quando si hanno problemi di salute mentale, si deve spesso fare fronte anche ad aumento di peso, insonnia, diabete, mancanza di vitalità, intossicazioni da fumo e da psicofarmaci, disfunzioni intestinali, tutti problemi troppo spesso considerati come "minori" e trascurati, ma che in realtà incidono profondamente sulla persona e sulla sua identità.

Viceversa, l'adozione di una alimentazione specificamente finalizzata al benessere psicofisico e alla mente può migliorare notevolmente la salute mentale, fino al punto di contribuire alla riduzione dei dosaggi di psicofarmaci.

Il tipo di carburante che mettiamo nella nostra macchina umana può contribuire ampiamente a favorire il percorso verso il miglioramento, oppure a deteriorare ulteriormente la situazione.

IL PROGETTO

Il progetto, di durata biennale, ha comportato un insieme di azioni sul territorio:

- un corso di formazione di 5 giornate presso la casa delle Associazioni (Il Provvadone a Castel Maggiore) replicato presso la sede di una associazione a Porretta Terme, per un totale di 50 partecipanti nel 2016;
- un corso di cucina creativa per utenti, ispirato ai principi insegnati, sempre presso la casa delle Associazioni;
- un ciclo di incontri di integrazione psicofisica per familiari ed utenti, perché la nutrizione non è solo cibo, ma è anche pensieri ed emozioni;
- 3 serie di sperimentazioni (individuali per familiari ed utenti che vivono in famiglia, e di gruppo per utenti ospiti degli appartamenti AssCoop e DSM);
- questo ciclo di conferenze di approfondimento (rapporti cibo-mente e mente-cibo)

Al termine del biennio, verrà prodotto un libro che raggruppa tutti gli insegnamenti acquisiti, assieme ai risultati delle sperimentazioni condotte.

MENTE, CERVELLO E ALIMENTAZIONE

Giovedì 26 Ottobre Ore 14.30 - 18.00

Aula Magna Ospedale Maggiore, Bologna

L'alimentazione influenza in maniera più che rilevante gli equilibri energetici e quindi anche mentali ed emozionali del nostro organismo. Ormai sappiamo come il cibo interagisce con la mente, come l'adozione di un regime mirato, sano ed equilibrato favorisce il ritorno ad un equilibrio psicofisico.

Facile da dire, più difficile da fare.. Anche se siamo razionalmente convinti, quante volte abbiamo provato a cambiare le nostre abitudini alimentari scorrette, senza riuscirci?

Allora, come nascono gli schemi mentali che si sostituiscono alla coscienza nel gestire le scelte alimentari nella vita?

Tutti i comportamenti alimentari sono quasi sempre generati dal fisiologico funzionamento della mente e non da particolari patologie. Molte persone non riescono a cambiare le proprie abitudini alimentari scorrette perché le loro menti associano troppo spesso il cibo ad emozioni dalle quali fuggono, oppure alle quali vanno incontro.

Schemi mentali associativi, compensativi e riproduttivi danno origine ad una moltitudine di meccanismi nascosti, che, se non vengono capiti, rendono impossibile l'adozione di una alimentazione corretta.

Serve essere consapevoli di come la mente guidi le scelte alimentari di ciascuno, per liberarsi della carica energetica che obbliga e rende schiavi sul cibo.

INTRODUZIONE

IL SIGNIFICATO DI QUESTE CONFERENZE

Marie-Françoise Delatour Presidente CUFO-SM

PROGRAMMA PRISMA E COLLABORAZIONE CON LE ASSOCIAZIONI

Angelo Fioritti Direttore DSM-DP, Azienda USL di Bologna

PRENDERSI CURA: IL RUOLO DELL'ALIMENTAZIONE

Francesca Pileggi Direttore UO CSM Reno, Lavino, Samoggia e dell'Appennino Bolognese, Coordinatore area CSM, Azienda USL di Bologna

PRINCIPI DI ALIMENTAZIONE APPLICATA sperimentati nel Progetto PRISMA

Anna Di Muzio

Naturopata, esperta di bioterapia nutrizionale ed alimentazione applicata

MENTE, CERVELLO E ALIMENTAZIONE

Essere consapevoli delle principali cause fisiologiche e psichiche che condizionano il rapporto con il cibo e sono alla base delle dipendenze alimentari.

Michele Riefoli - Milano

Chinesiologo, studioso della mente e ricercatore spirituale, è ideatore del metodo Ecologia dell'Organismo di educazione alla salute mentale; è uno fra i massimi esperti a livello nazionale di nutrizione a base vegetale e di rapporto mente-cibo. Consulente, formatore, conferenziere e scrittore, è autore in particolare del libro "I rapporti mente-cibo".



PULIZIA DEGLI ORGANI INTERNI ED INTEGRAZIONE DELLE TERAPIE PER LA MENTE

Giovedì 9 Novembre Ore 14.30 -18 .00

Aula Magna Ospedale Maggiore, Bologna

Lo stato di salute di una persona dipende in gran parte dalle tossine presenti nel suo organismo, specialmente nella linfa, nel sangue e nel sistema nervoso.

Il fegato agisce come una vera e propria stazione di depurazione che neutralizza gli effetti nocivi di tutto quello che ogni giorno ingeriamo, cibo, fumo, farmaci.... Ma i calcoli biliari, sempre presenti in grande numero nel fegato, formando delle ostruzioni al suo interno, possono impedire un buon stato di salute, oltre a essere una delle maggior cause di malattia. Un fegato intasato o pigro compromette anche l'efficacia delle varie terapie. L'intestino rappresenta la maggior interfaccia con il mondo esterno, é quindi molto probabile che si infiammi. Questa infiammazione, se cronicizza, può migrare al cervello o in altri organi, provocando diverse patologie a secondo delle diverse vulnerabilità.

Potenziare l'intestino, disinfiammarlo, è la miglior terapia integrativa per una grande varietà di sintomi e di patologie, salute mentale inclusa.

Esistono tecniche naturali di pulizia degli organi interni di facile applicazione, che possono essere praticate anche a casa, e che ridanno mente chiara, leggerezza, benessere psicofisico e gioia di vivere.

PULIZIA DEGLI ORGANI INTERNI ED INTEGRAZIONE DELLE TERAPIE PER LA MENTE

In che modo la pulizia degli organi interni - fegato, intestino, polmoni - incide sul funzionamento del cervello e della mente; Come raggiungere un maggior benessere psico-fisico attraverso la pulizia degli organi

Omar Bsoul - Genova

Medico chirurgo, agopuntore, esperto di medicina bioenergetica, tecniche complementari e terapie naturali e fisiche (ecografia total body, idrocolonterapia, lavaggio energetico).

Interverranno nel dibattito:

Ivonne Donegani

Psichiatra, Bologna

Michele Garagnani

Medico di Medicina Generale, Bazzano

ALIMENTAZIONE, SALUTE MENTALE E VITALITA'

Giovedì 23 Novembre Ore 14.30 - 18.00

Sala conferenze AVIS vicino Ospedale Maggiore, Bologna

Il dottor **Nader Butto** propone un sistema scientifico del tutto innovativo di interpretazione della vita, degli eventi, dei fenomeni fisici del microcosmo e del macrocosmo, della malattia, della salute e della felicità. Il suo obiettivo è portarci ad una sempre maggiore consapevolezza e liberazione dalla sofferenza, da ciò che crediamo possa essere il nostro bene o il nostro male. Nel metodo ritroviamo concetti già accennati da Socrate e da Platone e trattati anche nelle più profonde e mistiche interpretazioni dei testi sacri. Una delle caratteristiche più interessanti, dal punto di vista clinico, è senz'altro la specifica correlazione tra conflitti psicologici e organi malati, che anni di esperienza medica ospedaliera gli hanno consentito di definire con precisione e acutezza.

Inoltre, grazie al Settimo Senso, tecnica percettiva energetica che consente di diagnosticare blocchi energetici, traumi, malattie e disfunzioni sia fisiche che psicologiche, si apprende ad analizzare il campo quantistico del paziente attraverso la tecnica dell'ammiccamento.

La medicina occidentale attribuisce grande importanza al fattore alimentare in molti casi come causa di morte prematura, disturbi al cuore, cancro, attacchi cerebrovascolari, diabete, arteriosclerosi, ipertensione arteriosa e cirrosi epatica.

Il cibo però può anche aiutare a guarire. È molto importante quindi che i medici si informino sulle abitudini alimentari dei loro pazienti in modo da usare il cibo come uno dei rimedi per la cura e la guarigione. Gli alimenti possono essere usati come terapia non solo restituendo sostanze mancanti dalla dieta come le vitamine e/o i minerali, ma anche come fonte di energia vitale per aiutare il corpo ad affrontare la malattia e per restituire armonia alle cellule.

Lo studio e la conoscenza della costituzione della persona, insieme alla conoscenza del codice di ogni alimento ci permette di preparare una dieta cucita sulla persona, quindi di usare il cibo come parte integrante della cura.

Nutrire il proprio organismo con alimenti adatti e risonanti al terreno biologico della persona.

I RISULTATI DELLE SPERIMENTAZIONI SULL'ALIMENTAZIONE APPLICATA condotte nell'ambito del progetto PRISMA

Anna Di Muzio

ALIMENTAZIONE, SALUTE MENTALE E VITALITA'

L'importanza del concetto di vitalità nell'ambito dell'Alimentazione

Nader Butto - Tel Aviv

Medico cardiologo israeliano, si è laureato in medicina e chirurgia a Torino e si è poi successivamente specializzato in cardiologia in Israele e a Parigi. Oggi vive e lavora come cardiologo specialista in angioplastica coronarica presso il Rabin Medical Centre di Petah Tikva.

Dal 1997 tiene conferenze e seminari in Europa e in Israele sul suo metodo "La Me-

dicina Integrativa Unificante”(che é stato interamente accreditato ECM per medici, psicologi e fisioterapisti). Attraverso una lunga ricerca dell’anima umana ha sviluppato un suo personale metodo, “Dynamic Energy” che integra medicina convenzionale con delle discipline millenarie orientali basate sul modello energetico ed aggiunge l’aspetto psicologico come radice delle alterazioni patologiche fisiche. Tale approccio dedica un ruolo fondamentale all’alimentazione come strumento di riequilibrio psicofisico, offrendo a chi soffre di disturbi psichici una visione allargata di grande interesse e potenzialità.

Interverranno nel dibattito:

Corrado Ruozì, Responsabile del Servizio Medicina non Convenzionale Regione Emilia-Romagna

Angelo Fioritti

Direttore del DSM-DP, Azienda USL di Bologna

AFFETTI, RELAZIONI ED ALIMENTAZIONE NEL TRATTAMENTO DELLE DISFUNZIONI PSICHICHE

Giovedì 14 dicembre Ore 14.30 - 18.00

Aula Magna Ospedale Maggiore Bologna

Tutto ciò che esiste in natura è costituito da energia. Anche i rapporti tra gli individui sono costituiti da tipi differenti di energia che raggiungono il corpo e la psiche facendoli ammalare oppure rivitalizzandoli. Ci sono molte cose che nutrono la mente spesso in modo inappropriato. Relazioni scadenti, affetti feriti, delusioni, frustrazioni... Ma anche ipervalutazioni ed idealizzazioni arbitrarie, motivazioni utopistiche e pretese irragionevoli del contesto familiare, scolastico, lavorativo e amicale possono essere vere e proprie tossine per la mente. Non tutti i nutrimenti sono adatti alla psiche e ci sono persone più sensibili di altre che soffrono di intolleranze affettive, come la scortesìa, la mancanza di ascolto, l’invidia, la presunzione. Alcune di queste tossine possono essere davvero dannose per “il sistema immunitario della psiche” che manda immediatamente in corto circuito la mente rendendola inerte, paralizzandola...

Fuori dalla metafora se la mente ha bisogno di comprendere cosa le accade per sapere come affrontare le emergenze, la psiche ha bisogno di essere debitamente nutrita di cose buone e belle, di profumi, sentimenti e sensazioni e sapori che aprano le sue porte interiori e le consentano di recuperare il senso dell’essere e lo scopo della propria vita su questo pianeta.

Troppe persone ricorrono negli ultimi decenni alla pastiglia per non pensare o per non sentire il disagio che si fa corpo... A volte il farmaco è davvero indispensabile e vitale, quindi non è saggio demonizzare la medicina di sintesi: se è vero infatti che numerosi sono oggi i supporti nutrizionali a disposizione degli utenti (integratori in pillole, bustine e sciroppi), meno numerose sono le persone che li sanno usare con

saggezza e competenza, che sono cioè in grado di individuare l'aspetto energetico-fisiologico adatto ad ogni singolo caso.

Psiche, Mente, Corpo, DNA ed Energia Quantistica quali ingredienti di un nuovo paradigma di ricerca che quando correttamente applicato in alcuni casi può fare davvero la differenza.

AFFETTI, RELAZIONI ED ALIMENTAZIONE NEL TRATTAMENTO DELLE DISFUNZIONI PSICHICHE
La Fisica Quantistica sta generando nuove frontiere di cura e nuove strategie terapeutiche. Come valutare l'intensità energetica del paziente e del suo trattamento.

Lorena Di Modugno - Milano

Psicologa, Psicoterapeuta Transpersonale, Pianista, Musicoterapeuta, Ipnosi-terapeuta, studiosa esperta di Medicina Naturale e Ortomolecolare e di Psicologia Quantistica. Ha integrato il proprio training freudiano con tecniche spirituali e sonore di profondo impatto. E' fondatrice di Psicomedicina Quantistica® e Presidente di Dharma Italia Organization, mediante la quale organizza Congressi Internazionali ed eventi musicali per diffondere i temi e gli insegnamenti relativi alle ultime ricerche scientifiche su Terapie Quantistiche, Interazione corpo, mente e spirito, Yoga, Spiritualità Vedica e alimentazione. E' autrice in particolare del libro: "Gli integratori per la Psiche".

Riflessioni conclusive:

Paolo Pandolfi Direttore del Dipartimento di Sanità Pubblica, Azienda USL di Bologna

Angelo Fioritti Direttore del Dipartimento di Salute Mentale e Dipendenze Patologiche, Azienda USL di Bologna

A CHI SONO RIVOLTE QUESTE CONFERENZE

Queste conferenze sono rivolte ai familiari e agli utenti della Salute Mentale (Adulti e NPIA), ai responsabili e a tutti gli operatori dei Servizi, ai medici di Medicina Generale e a tutti i cittadini interessati all'argomento.

Per informazioni ed iscrizioni È NECESSARIO PRE-ISCRIVERSI

A BOLOGNA

Giusi Amalfitano	333 3265125	amalfitano.giusi@yahoo.it
Maria Lucia Mangini	339 2853032	marialucia.mangini@ausl.bo
MFrançoise Delatour	335 205474	mf.delatour@gmail.com

A PORRETTA TERME

Teresa Vivarelli	339 15041621	trota.viva@gmail.com
------------------	--------------	----------------------

COME RAGGIUNGERE LE SEDI DELLE CONFERENZE

Aula Magna Ospedale Maggiore - Largo Nigrisoli, 2 - Bologna;
Si accede all'aula dall'atrio centrale (subito sulla destra);

Sala conferenze AVIS - Via Dell'Ospedale, 20 - Bologna;
parcheggio via Prati di Caprara; la sala è al primo piano dell'edificio.

IIS Montessori-Da Vinci - via della Repubblica, 3 - Porretta Terme

Per gli operatori AUSL sono stati richiesti i crediti ECM per le conferenze di Nader Butto, 23 novembre e Lorena Di Modugno, 14 dicembre.
(Per Iscrizioni: Danila.guidi@ausl.bo.it)