

# IMMAGINA

## *Laboratorio espressivo-esplorativo*

Con Ludovica Rosati e Carolina Zaninotto · 4 incontri · Il Portolano

### INFORMAZIONI

|                                                      |                                  |                     |
|------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------|
| Date                                                 | Orario                           | Luogo               |
| <b>7 e 21 nov 2026</b><br><b>23 gen e 6 feb 2027</b> | <b>10:00–13:00 · 14:00–17:00</b> | <b>Il Portolano</b> |
| Corso 1                                              | Corso 2                          | Pacchetto completo  |
| <b>€ 240</b>                                         | <b>€ 240</b>                     | <b>€ 400</b>        |

### PRESENTAZIONE

**Immagini, parole e linguaggi espressivi per entrare in contatto con parti nuove di sé.**

“Immagina” trae ispirazione dal lavoro sulla fotografia e dalla psicologia analitica di Jung. Il laboratorio stimola la conoscenza di nuove parti di sé a partire dalle evocazioni sensoriali suscitate dalle immagini, dall'incontro con l'altro e dalle parole.

È un processo che Jung avrebbe chiamato di amplificazione: l'immagine personale si apre a risonanze più ampie e condivise.

Il cuore dell'esperienza è un mazzo di fotografie originali create dalle conduttrici, che prendono forma nell'incontro attraverso disegno, pittura, scrittura, musica e atti performativi.

### OBIETTIVI

- Offrire uno spazio e un tempo di contatto con il proprio sé attraverso un approccio esperienziale e giocoso.
- Facilitare la narrazione e l'espressione di vissuti emotivi.
- Stimolare la creatività e la dimensione immaginativa come via di accesso simbolico all'inconscio.
- Promuovere un'esperienza di gruppo fondata sull'ascolto e sull'accoglienza.

**Partecipazione flessibile.** I due corsi sono autonomi e possono essere frequentati separatamente. Per partecipare al Corso 2 non è necessario aver frequentato il Corso 1.

# Ambivalenze e mondi simbolici

*Immagini, scrittura e altri medium creativi*

Date

**7 e 21 novembre 2026**

Orario

**10:00–13:00 · 14:00–17:00**

Costo

**€ 240**

Luogo

**Il Portolano**

Posti

**Massimo 15 partecipanti**

Iscrizioni

**info@ilportolano.org**

## IL PERCORSO

Due giornate di lavoro esplorativo-espressivo attraverso immagini, scrittura e altri medium creativi. Il punto di partenza è sempre concreto — un oggetto, una fotografia, un segno — e diventa occasione per guardare e scrivere in modo inaspettato. Il gruppo è lo spazio in cui i lavori prendono forma e vengono condivisi.

La proposta invita ad affidarsi e mettersi in gioco senza avere già un sentiero tracciato, per sorprendersi e riattivare potenzialità ludiche e creative spesso assopite dalla vita quotidiana adulta.

## PROGRAMMA

**7 novembre  
2026**

### Ambivalenze

**Mattina** · Le immagini fotografiche e le loro risonanze; condivisione e interpretazione simbolica; la scrittura automatica: soglie di disvelamento.

**Pomeriggio** · La scrittura automatica, sorgente di simboli; parole poetiche come dono; condivisione e interpretazione.

**21 novembre  
2026**

### Tra regni animali e mitici

**Mattina** · L'animale come immagine simbolica; l'incontro inatteso e lo sguardo dell'altro; condivisione e interpretazione simbolica; storie e miti, connessioni possibili; creazione espressiva.

**Pomeriggio** · Condivisione dell'esperienza creativa; esplorazioni tramite la scrittura; condivisione e interpretazione.

# La parte inedita e il giardino

*Scrittura espressiva e composizione collettiva*

|                                     |                                  |                             |
|-------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------|
| Date                                | Orario                           | Costo                       |
| <b>23 gennaio e 6 febbraio 2027</b> | <b>10:00–13:00 · 14:00–17:00</b> | <b>€ 240</b>                |
| Luogo                               | Posti                            | Iscrizioni                  |
| <b>Il Portolano</b>                 | <b>Massimo 15 partecipanti</b>   | <b>info@ilportolano.org</b> |

## IL PERCORSO

Due giornate di scrittura espressiva e composizione collettiva. Il punto di partenza è personale e diventa materiale di scambio e costruzione comune: tra immagini portate da casa, testi musicali e spazi immaginati, il lavoro individuale si intreccia con quello del gruppo.

**Il corso è autonomo e non richiede la partecipazione al Corso 1.**

## PROGRAMMA

**23 gennaio  
2027**

### La parte inedita

**Mattina** · Le immagini portate da casa: la parte inedita; oggetti e luoghi dell'anima; condivisione in coppia e in gruppo; il petit onze: il distillato di sé e dell'altro; condivisione dei lavori.

**Pomeriggio** · Il corpo che si riconnette; la canzone: risonanze e riconoscimento; caviardage cut-up collettivo; condivisione e conclusione.

**6 febbraio  
2027**

### Il giardino

**Mattina** · Il giardino come proiezione di sé e del gruppo; esplorazione del paesaggio interiore; rappresentazione con materiali espressivi; condivisione in gruppo.

**Pomeriggio** · Il corpo che si riconnette; il giardino dell'altro: scrivere dall'interno; condivisione e conclusione dei lavori.

**Pacchetto Corso 1 + Corso 2: € 400.** È possibile scegliere anche un solo corso al costo di € 240.