



Conservatorio statale di Musica "Pietro Mascagni"

MASTERCLASS EUFONETIKA

Maurizio Maltese



Perchè Eufonetika?

Dal punto di vista meccanico l'uomo è stato disegnato per il movimento. Invece gli schemi abitudinari lo costringono a lunghe sedute in posizioni fisse e a movimenti ripetitivi, che provocano notevoli disturbi fisici e spesso anche spichici.

Lo stress psicofisico può provocare mal di testa, disturbi articolati e tensioni che si riflettono anche sul piano delle prestazioni. I continui disturbi psicofisici e posturali creano un abbassamento dell'attenzione e della prestazione nell'esercizio delle proprie funzioni. Il malessere condiziona inoltre le relazioni con gli altri.

Eufonetika è un metodo semplice, alla portata di tutti, nato dall'integrazione di metodi occidentali e orientali, che consente di massimizzare il benessere psicofisico, il livello di energia, di salute e di soddisfazione delle persone.

EUFONETIKA PER:

- stare meglio nel corpo
- conoscere più a fondo se stessi
- accrescere le proprie capacità psicofisiche
- prendere consapevolezza delle proprie potenzialità
- migliorare le proprie capacità in ambito personale e professionale



16 maggio 2025
dalle 16:30 alle 19:30
AULA 1 bis

23 maggio 2025
dalle 15:15 alle 18:15
AULA 8

30 maggio 2025
dalle 15:15 alle 18:15
AUDITORIUM "C. CHITI"



INFO E COSTI

La partecipazione è gratuita per gli studenti del Conservatorio "P. Mascagni" di Livorno e per gli studenti iscritti presso i Conservatori e Licei musicali della Toscana.

- Quota di frequenza per i partecipanti esterni:
€ 50 giornalieri
- Quota per gli uditori esterni:
€ 20 giornalieri

Referente-docente dell'iniziativa **prof.ssa Chiara Morandi**: chiara.morandi@consli.it

Per l'iscrizione, informazioni e il pagamento contattare la Segreteria didattica:

✉ segreteria@consli.it

IL CORSO

GLI ARGOMENTI TRATTATI

Metodo Feldekrais (saranno anche citati metodi come Alexander, Rolfing, Tomatis,..) ipnosi, metodi di rilassamento orientali e occidentali, terapia cranio sacrale, tecniche orientali di movimento, arti marziali, scienza della comunicazione. L'arte della respirazione efficace, gestione delle emozioni, apprendimento organico, sono alcuni dei metodi che formano il metodo Eufonetika.

OCCORRENTE PER LA LEZIONE DI GRUPPO

Gli studenti dovranno portare un materasso o una coperta sulla quale sdraiarsi per eseguire movimenti al suolo. I movimenti lenti mirano ad esplorare i processi psicomotori fondamentali.

Agli studenti è richiesto di venire con abbigliamento comodo e di portare un paio di calzini aggiuntivi (lavoreremo senza le scarpe). Lavoreremo in una stanza ben riscaldata e possibilmente in silenzio.

MAURIZIO MALTESE

Maltese da 43 anni si dedica in modo esclusivo allo studio dell'uomo e al potenziamento delle sue forme espressive, attraverso una variegata gamma di modalità: movimento corporeo, musica, teatro, scrittura, sistemi di auto-conoscenza e arti marziali orientali e occidentali.

Al centro di questa molteplice attività c'è l'interesse cosmopolita per la cultura dei diversi popoli che si sono distinti nello sviluppo delle attività corporee come veicolo per l'educazione e la formazione dell'individuo.

Docente con esperienze molto diversificate - dalle accademie all'Università - ha maturato competenze specializzate nella trasmissione del sapere. Insegna sia all'interno delle strutture pubbliche, sia istituendo corsi privati. Questi sono rivolti a professionisti che intendono arricchire il proprio sapere; a studenti alla ricerca di nuove modalità di apprendimento; a specialisti di diverse discipline per affinare le tecniche di trasmissione delle conoscenze. Le aree di riferimento vanno dalle scuole private e statali, all'esercito, alla polizia, Accademie, Conservatori, Aziende multinazionali, ecc.

Caratteristica di Maltese è l'interesse per la diffusione della conoscenza, che esprime anche attraverso un'intensa attività editoriale. In oltre venti libri, diffusi in tutto il territorio nazionale e con traduzioni in diverse lingue europee, ha cristallizzato le esperienze maturate anche nella conoscenza diretta di culture orientali (Malesia, Indonesia, Thailandia, Filippine, Vietnam, Cina, Giappone).

Il maestro ha inoltre contribuito con numerosissimi articoli e rubriche, apparsi su diverse tipologie di riviste in Italia, in Europa e in Asia, alla diffusione delle discipline per la formazione dell'uomo.