



GALLERIE D'ITALIA - MILANO

MUSEO E BENESSERE: UN DIALOGO TRA CULTURA E MEDICINA

Il **progetto** propone un ciclo di **sei incontri** per sensibilizzare e formare medici e studenti universitari sul potenziale dei musei nella promozione del benessere di cittadini e personale sanitario.

Ogni incontro si articola in due parti:

- ▶ Inizialmente i partecipanti saranno coinvolti dagli educatori museali in un'esperienza diretta per sperimentare i benefici del patrimonio culturale in prima persona.
- ▶ Successivamente sarà aperto un breve dibattito per condividere emozioni e pensieri emersi durante la sessione.

Il progetto intende avviare una riflessione condivisa sull'integrazione dell'esperienza museale nei percorsi terapeutici dei pazienti, in linea con i principi del social prescribing, analizzando criticamente ostacoli e prospettive di questo approccio olistico.

Gli incontri in programma:

13 novembre ***Esercizi di osservazione.*** Attività pratiche per allenare lo sguardo a cogliere ciò che spesso sfugge. Una sfida per la mente e per la vista che stimola concentrazione, memoria visiva e pensiero critico. Prenotazioni a partire dal 3 novembre: [clicca qui](#)

11 dicembre ***Sketchbook.*** Momento creativo per esplorare il disegno attraverso tecniche, materiali e fantasia. Un'occasione per sperimentare e divertirsi, ispirandosi ai capolavori del museo in un ambiente accogliente e stimolante. Prenotazioni a partire dal 1 dicembre: [clicca qui](#)

22 gennaio ***Scrittura semiseria.*** Le parole diventano strumenti per esplorare le opere e dar loro una voce nuova. Un invito a osservare con sensibilità e a trasformare impressioni e emozioni in racconti o poesie, dialogando con l'arte tra intuizione e immaginazione. Prenotazioni a partire dal 12 gennaio: [clicca qui](#)

12 febbraio ***Geometria delle emozioni.*** Un'esperienza per scoprire il linguaggio visivo fatto di linee, colori, forme e spazi. Attraverso semplici attività pratiche, si imparerà a leggere le immagini e a usarle per esprimere emozioni e idee. Prenotazioni a partire dal 2 febbraio: [clicca qui](#)

12 marzo ***Arte e mindfulness.*** Con esercizi di mindfulness, i partecipanti impareranno a percepire l'arte non solo con gli occhi, ma con la consapevolezza corpo-mente ritrovando equilibrio, attenzione e presenza. Attività condotta dalla psicoterapeuta Luisa Merati. Prenotazioni a partire dal 2 marzo: [clicca qui](#)

23 aprile ***Performing Museum - Il Novecento.*** Un incontro per scoprire come i linguaggi teatrali del Novecento possano dare nuova vita alle opere d'arte. Dopo una breve introduzione storica, un'esperienza pratica guiderà i partecipanti a usare corpo, voce e immaginazione per reinterpretare un capolavoro in chiave contemporanea. Prenotazioni a partire dal 13 aprile: [clicca qui](#)