



Viaggio nei fondali della psiche

Con la partecipazione speciale
della Dott.ssa Erica Francesca Poli

Secondo alcune leggende, il mare è la dimora di tutto ciò che abbiamo perduto, di quello che non abbiamo avuto, dei desideri infranti, dei dolori, delle lacrime che abbiamo versato.



ALBATROS TOP BOAT
Crociere e Soggiorni Esclusivi

Il Viaggio

Il mare come archetipo profondo della nostra psiche ci conduce allora alle impronte e ai codici del nostro spazio interiore...



Un percorso alla scoperta dei tesori nascosti, dei misteri e delle meravigliose e potenti profondità della nostra psiche, intesa non solo come mente, ma anche, secondo il suo reale significato etimologico di anima, intesa come identità ed essenza. Sei incontri, sei immersioni nel senza tempo dei mari interiori, da vivere in 6 giorni consecutivi circondati dal mare delle Maldive e dai suoi fondali. Una perfetta corrispondenza tra lo scenario naturale e gli scenari interni, una sinergia straordinaria tra il fuori e il dentro, potenzierà l'efficacia di un viaggio dal quale tornare rinnovati, arricchiti, trasformati.

Come ci dice il grande Paracelso infatti, "il luogo dove vi è più energia al mondo è quello dove l'elemento acqua si unisce all'elemento terra. In riva al mare, al Sole, dove anche l'elemento fuoco è presente, l'energia è ancora maggiore. A cui si unisce la forza dell'aria, data dalla brezza del vento".

Ecco un percorso pensato per il mare e l'interiorità, in cui far compenetrare la scoperta di nuove conoscenze sul nostro cervello, sulle dinamiche del subconscio, sui segreti delle emozioni e delle relazioni insieme al contatto con l'elemento acqua e l'esplorazione dei fondali marini, che nei sogni e nella psiche sono un simbolo potente dell'inconscio.



La Crociera

Dal 17 al 25 gennaio 2016

Maldive: Crociere esclusive 2016

“Viaggio nei fondali della Psiche” con la Dott.ssa Erica Francesca Poli - Psicoterapeuta a bordo del **M/Y Duca di York** categoria Lusso ... con centro SPA Ayurvedico



Il M/Y Duca di York è un raffinato yacht di 36 mt. costruito alle Maldive che dispone di 10 cabine, (5 triple e 6 doppie per un totale di 22 /25 pax). Tutte le cabine sono dotate di servizi privati, aria condizionata indipendente ed oblo/ finestra. Nell'ampio ed elegante salone, nelle camere ed in tutti gli interni i pavimenti sono in legno di cocco o pregiato teck. Centro Massaggi con massaggiatore presente tutto l'anno. Per maggiori informazioni e per visionare il “VIRTUAL TOUR 360°”.

PREZZI CALCOLATI

AL CAMBIO € 1 = 1,13 Usd

9 giorni/7 notti: **€ 2.220,00 p.p.**

Settimana suppl.: **€ 1.800,00 p.p.**

Suppl. singola: **€ 1.330,00**

Corso Dott.ssa Poli: **€ 200 p.p.**

- Iscrizione € 50,00 p.p.
- Assicurazione medico, bagaglio, annullamento e “Viaggi rischi zero” € 70,00 p.p.
- Tasse aeroportuali volo linea da € 285,00 circa a persona (solo per volo di linea) o supplemento volo charter NEOS € 300,00 p.p.
- Adeguamento carburante (+/-) da comunicare.

- Green Tax USD 6,00 al giorno p.p. da pagare in loco.

Le quote sono state calcolate sulla base delle classi di prenotazione indicate ne “La quota comprende”; in caso di mancanza di disponibilità nelle stesse o di promozioni in essere verrete avvisati al momento della richiesta. Scheda tecnica e condizioni generali scaricabili dal nostro sito www.albatrostopboat.com.





LA QUOTA COMPRENDE:

- Volo di linea Emirates/Qatar dall'Italia (Milano o Roma, altri aeroporti su richiesta) in classe "U/S"
- Franchigia bagaglio (30 kg in stiva e 7 kg a mano)
- Sistemazione in cabina doppia con servizi privati
- Trattamento di pensione completa
- Acqua da dispenser, tea e caffè americano
- Trasferimenti aeroporto/barca/aeroporto
- Prova gratuita con le bombole (da 8 anni)
- Immersioni per subacquei con brevetto
- Snorkeling assistito
- Diving Dhoni (barca appoggio per tutte le attività)
- Tender e canoa
- Pesca al bolentino, traina durante gli spostamenti in base all'itinerario
- Visite isole deserte, turistiche e pescatori
- Escursione alla capitale
- Tassa aeroportuale alle Maldive e tassa GST (12%)
- Assistenza di ns. personale specializzato

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- Bevande analcoliche ed alcoliche
- Tasse aeroportuali (da € 285,00 circa) o supplemento volo Neos (€ 300,00 circa)
- Green tax \$ 6,00 p.p. al giorno
- Trattamenti Ayurvedici
- Pedaggi su isole deserte e turistiche e cena in spiaggia
- Corsi subacquei e snorkeling
- Nolo attrezzatura sub/snorkeling
- Servizio e mance \$ 7 p.p. al giorno
- Adeguamento carburante volo/barca
- Adeguamento valutario +/-
- Eventuali incrementi tassa GST
- Supplemento volo charter quindicinale
- Tutto quanto non incluso nella "quota comprende"

Vi ricordiamo che il trasferimento in barca è previsto alle ore 11.00 (ora di Malè) del giorno di arrivo e lo sbarco alle ore 08.00 (ora barca), fatta eccezione per le crociere che prevedono il volo interno.

SU RICHIESTA: Cene a tema * Promessa di Matrimonio * Feste di compleanno-anniversari.

SUPPLEMENTI

- Volo in Business class, volo charter quindicinale
- Servizio Economy Extra (solo per i voli charter Neos) con Check-in dedicato, Fast Track (dall'Italia), possibilità di posto comodo da riconfermare al check-in : € 60,00 p.p.
- "Cena in spiaggia" Usd 10 p.p. da pagare in loco
- Richiesta cabine: si accettano richieste di cabine specifiche; l'effettiva assegnazione verrà confermata a bordo al costo di € 100 a settimana da pagare in loco.
- Possibili pagamenti a bordo con carte di credito Visa /Master Card con una commissione per la fornitura del servizio pari al 5% sul totale da pagare
- Assicurazione Subacquea obbligatoria: in mancanza di assicurazione subacquea personale, possibilità di stipulare polizza temporanea, 25,00 Usd per 1 settimana o 35,00 Usd per 2 settimane più tassa GST locale (da Novembre 2014 12%) da pagare in loco
- Attrezzature subacquee e da snorkeling: noleggio attrezzature subacquee e snorkeling da richiedere al momento della prenotazione (disponibilità da confermare).

RIDUZIONI

- Bambini (2-12 anni NON compiuti) in tripla con 2 adulti: volo e tasse € 1.150,00 netto;
- solo tasse € 350,00 netto - non cumulabile con altri sconti e immersioni escluse.
- Sistemazione in tripla : terzo letto adulto sconto del 20% (non cumulabile con sconti da tabella)

DIVING

La parte SUBACQUEA è gestita da ATD Diving Center Pvt Ltd; il contratto per le immersioni, anche se comprese nel pacchetto di vendita, verrà stipulato a bordo. Vengono garantite 2/3 immersioni al giorno a seconda dell'itinerario e dei programmi, rispettando il tempo per i voli aerei (il primo e l'ultimo giorno di crociera si effettua una sola immersione). Per gruppi 3 immersioni al giorno. Nelle crociere quindicinali, l'8° giorno è prevista una sola immersione. Le immersioni comprendono bombola, pesi e guida.

NITROX INCLUSO

Brevetto minimo richiesto OPEN WATER o equivalente, computer subacqueo obbligatorio. Possibilità di immersioni extra, a pagamento, a seconda dell'itinerario. Assicurazione DAN (o equivalente) obbligatoria.



(Durata di ogni incontro 2 ore circa)

Prima giornata

Il potere del nostro subconscio

La parte più grande della nostra vita, le decisioni che prendiamo, le nostre relazioni affettive, sono dominate assai più da ciò che è inconscio che da ciò che è conscio. Due ore interattive per comprendere:

- Come è strutturata la nostra psiche.
- L'iceberg: conscio, strato critico, subconscio, inconscio
- L'attenzione selettiva e la programmazione mentale
- L'autoipnosi, le zone di comfort e le credenze

Seconda giornata

Blocchi e sblocchi

Un incontro esperienziale dedicato al superamento dei nostri blocchi. I blocchi non esistono, esistono solo in noi.

E allora..

Tecniche, trucchi, accorgimenti per fare un passo oltre i nostri "non riesco", "non sono capace", "vorrei ma..."

Terza giornata

Il potere delle nostre emozioni

Le emozioni sono centrali nella nostra vita, sono essenziali per la nostra sopravvivenza e giocano un ruolo decisivo nelle nostre relazioni, ma anche nella nostra salute.

Le emozioni sono anche la grande rivelazione delle moderne neuroscienze e il fulcro della nuova medicina integrata.

Quarta giornata

La Guarigione emotiva

Un incontro esperienziale dedicato a mettere in pratica tutte le conoscenze apprese sulle emozioni per migliorare il nostro benessere psicofisico con esercizi, tecniche di defusione emotiva, pratiche di mindfulness emozionale anche potenziate dal potere naturale dell'elemento acqua. (Possibilità di prevedere sessione di mindfulness direttamente in acqua)



Quinta giornata

Il mondo sommerso delle relazioni

Le relazioni sono il sale della vita... Noi esseri umani siamo esseri relazionali e anche il mondo intero, naturale ed animale, intorno a noi, si basa sulla relazione. Eppure non abbiamo un manuale di istruzioni e assai spesso le relazioni sono fonte di conflitto e sofferenza anche se la felicità nei rapporti affettivi è in fondo ciò che desideriamo tutti quanti. Dalle dipendenze affettive alla comunicazione nella coppia e nella famiglia, verranno trattati i temi della comunicazione, dell'interpretazione dei messaggi non verbali, della comprensione delle emozioni nascoste per rendere le relazioni finalmente fonte di appagamento invece che di frustrazione.

Sesta giornata

Relazioni: work in progress

Un incontro esperienziale dedicato a mettere in pratica tutte le conoscenze apprese sulle relazioni, con esempi e situazioni reali. Un vero e proprio focus group in cui, con le tecniche del lavoro di gruppo, iniziare da subito a trasformare la propria vita affettiva.

Il Programma

Erica Francesca Poli



La mia Mission

In questa esistenza la mia professione è quella del medico psichiatra, della terapeuta e del trainer in diversi corsi di formazione.

La mia Mission consiste nell'essere un mezzo, medium in latino, per chiunque voglia affrontare e risolvere la sofferenza, aumentare il proprio benessere e intraprendere un percorso di crescita personale che conduca sempre più vicino al proprio Sé autentico.



La Psicoterapeuta

La psicoterapia è etimologicamente la cura dell'anima. Essa comprende tutte le tecniche realizzate con strumenti psicologici, quali il colloquio e la relazione al fine di favorire il cambiamento consapevole di meccanismi psicologici alla base di malessere, sintomi quali ansia, depressione, fobie e disturbi di diversa gravità, dal semplice disagio o disadattamento, alla sintomatologia grave, nevrotica o psicotica.



PNEI e Psicosomatica

La PsicoNeuroEndocrinImmunologia è la scienza che studia i rapporti tra psiche, sistema nervoso, sistema endocrino e sistema immunitario ed è attualmente una delle discipline più suggestive e ricche di interesse di tutto il panorama medico. Negli ultimi anni, infatti, le conoscenze relative al sistema nervoso, endocrino ed immunitario, si sono così tanto arricchite da modificare completamente la visione di questi sistemi e del loro funzionamento.



ALBATROS TOP BOAT Tour Operator via Balilla 25 -28925 Verbania
Prenotazioni: tel. 0323-505220 fax 0323-082027 cell. 335-6773164
www.albatrostopboat.com - e-mail: info@albatrostopboat.com