



International Institute for
Complementary Therapists™



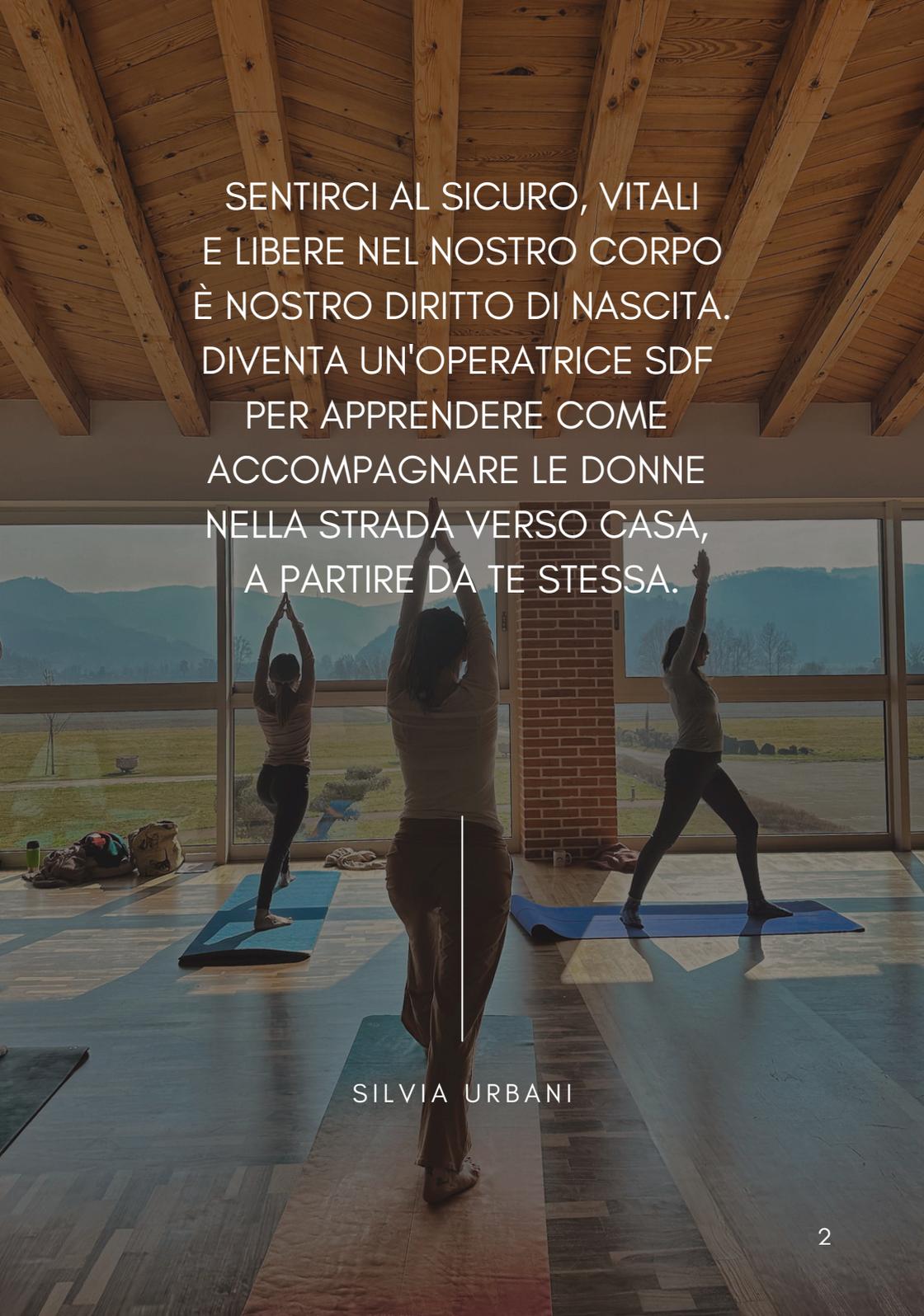
SOMATICA DEL FEMMINILE

SALUTE INTEGRATA | EMBODIMENT | TRASFORMAZIONE
DELLA DONNNA

CONTENUTI

- 03 PERCHE' SCEGLIERE LA FORMAZIONE IN
SOMATICA DEL FEMMINILE?
 - 04 LA NOSTRA VISIONE E IL NOSTRO SCOPO
 - 06 A CHI SI RIVOLGE LA FORMAZIONE
 - 07 IL PROGRAMMA E IL CALENDARIO
 - 15 CERTIFICAZIONE
 - 16 ISCRIZIONE E COSTI
 - 17 IL TEAM DELLA FORMAZIONE
 - 19 LA SEDE
 - 21 CONTATTI
-



A woman in a white long-sleeved shirt and dark pants is leading a yoga class in a bright, modern studio. She is standing on a blue mat, facing away from the camera with her arms raised and hands clasped. Two other women are also on mats, following her lead. The studio has a high wooden ceiling with exposed beams and large windows that offer a view of a green landscape and mountains. The lighting is soft and natural, coming from the windows.

SENTIRCI AL SICURO, VITALI
E LIBERE NEL NOSTRO CORPO
È NOSTRO DIRITTO DI NASCITA.
DIVENTA UN'OPERATRICE SDF
PER APPRENDERE COME
ACCOMPAGNARE LE DONNE
NELLA STRADA VERSO CASA,
A PARTIRE DA TE STESSA.

SILVIA URBANI

PERCHE' SCEGLIERE LA SOMATICA DEL FEMMINILE?



La Somatica del Femminile è un **percorso completo e profondo** per facilitare la Salute e il benessere della donna.

Unico in Italia a portare alla cura femminile un approccio integrato, innovativo ed informato sul trauma

La formazione SDF è un percorso di durata biennale, che ti accompagnerà e insegnerà tutto ciò che devi sapere per acquisire e/o approfondire le competenze necessarie per facilitare il ripristino della Salute, l'embodiment e la trasformazione della donna.

Unendo diversi metodi e strumenti - dalle moderne terapie somatiche alle antiche medicine tradizionali, dalla fisiologia alla psicologia pre e perinatale, dall'embriologia e neuroscienze al lavoro spirituale - l'operatrice di Somatica del Femminile restituisce verità e sacralità al corpo della donna, accompagnandola e ri-orientandola verso la propria Salute, vitalità e potenziale evolutivo in ogni fase della sua vita.

LA NOSTRA VISIONE E IL NOSTRO SCOPO



UN PERCORSO E UN APPROCCIO PROFONDAMENTE TRASFORMATIVO E RIVOLUZIONARIO

La formazione in Somatica del Femminile nasce dal desiderio di offrire un **approccio completo, integrato e di alta qualità** al supporto della Salute della donna, che sappia unire **innovazione e sapere tradizionale**.

Esiste, infatti, una grande lacuna nel mondo della medicina allopatrica e complementare italiana, che spesso si rivolge alla cura dell'uomo e della donna indistintamente, sfuggendo in questo modo ad una vera comprensione del benessere femminile e delle sue più profonde necessità.

Occuparsi di Salute femminile a 360° richiede, infatti, un approccio allo stesso tempo focalizzato e ampio, che sappia unire conoscenze antiche e moderne e mettere la donna al centro:

- riscoprendo cos'è il suo corpo realmente
- riconoscendo l'unicità del suo disegno fisiologico e vedendolo come mappa per la sua Salute in ogni fase della vita,
- i riti di passaggio inscritti nella sua biologia,
- la consapevolezza del trauma personale, familiare e collettivo che il corpo della donna può portare con sé dopo anni di cultura patriarcale, insieme alla capacità di creare un campo favorevole al rilascio somatico e all'integrazione dei suoi vissuti,
- le radici dei numerosi sintomi e delle disfunzioni delle donne contemporanee che spesso non vengono viste
- una profonda comprensione delle pratiche e degli strumenti che possano sostenere la piena espressione della forza vitale femminile, invece di sopprimerla.

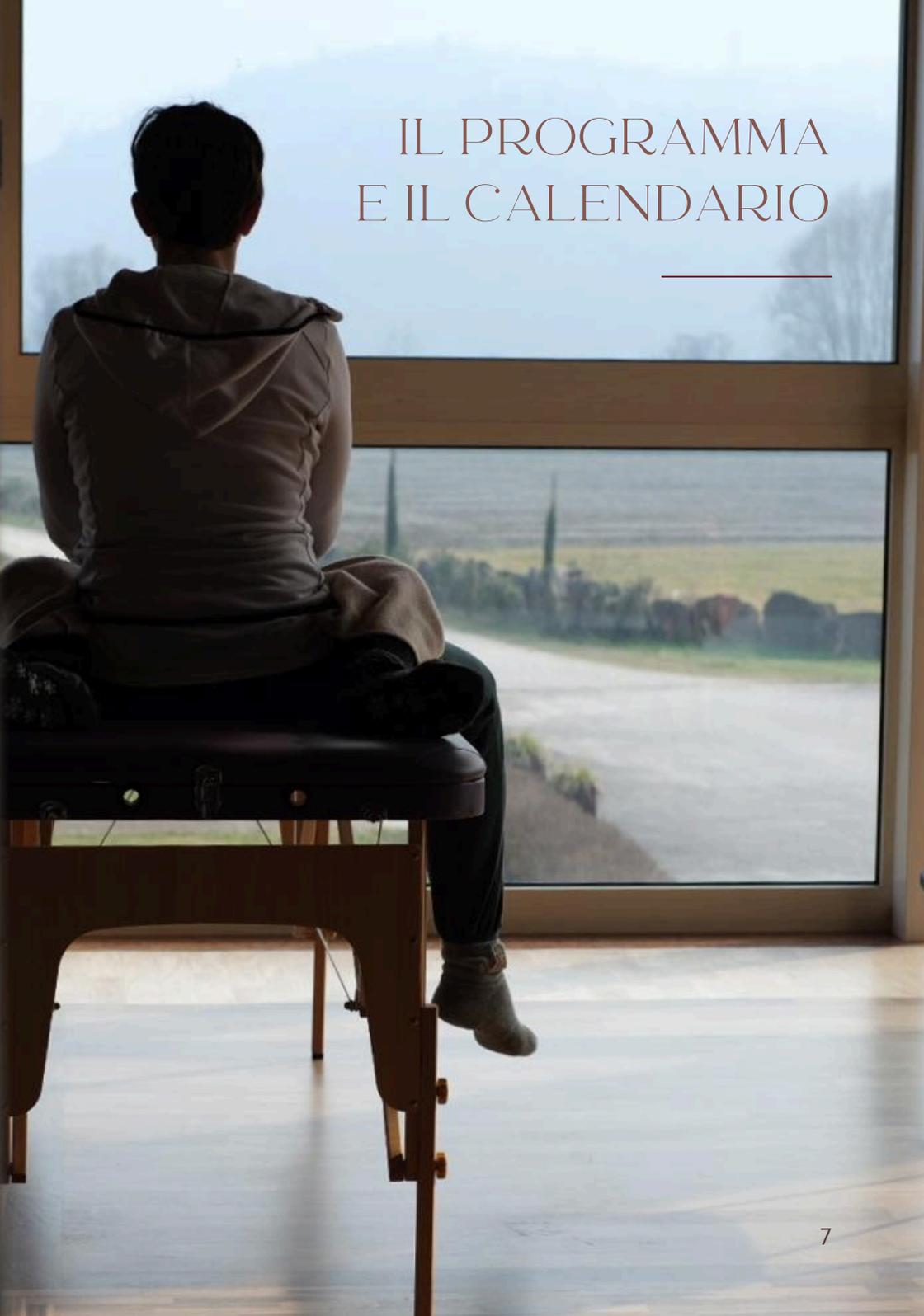


Il percorso intreccia teoria e pratica per favorire un apprendimento incarnato ed una consapevolezza radicata. Le studentesse sono guidate a sperimentare su se stesse il lavoro, affinché ciascuna impari ad attivare in se stessa quel processo di consapevolezza, riequilibrio ed orientamento alla Salute che andrà in seguito a facilitare in altre donne.

A CHI SI RIVOLGE LA FORMAZIONE

- Donne che vogliono tornare a casa in se stesse, reclamare la propria salute e potere interiore, e in futuro aiutare le altre donne a fare lo stesso.
- Madri che vogliono crescere le proprie figlie con consapevolezza e creare le basi per un nuovo paradigma basato sulla cura e il rispetto della natura femminile.
- Professioniste - operatrici somatiche, operatrici olistiche, ostetriche, insegnanti di yoga, naturopate, psicologhe, counselor, fisioterapiste, doule, operatrici sanitarie ecc. - che lavorano già con donne e vogliono acquisire strumenti e consapevolezza per avere un impatto più profondo sulle loro clienti.



A person is seen from behind, sitting on a wooden massage table. They are wearing a light-colored hoodie and dark pants. The room has large windows that offer a view of a landscape with a river, green fields, and buildings in the distance. The lighting is soft and natural, coming from the windows.

IL PROGRAMMA E IL CALENDARIO

Il programma didattico della formazione in Somatica del Femminile è di durata **biennale** e si articola in **6 moduli**.

- I primi 3 moduli verranno svolti il **primo anno** e saranno sviluppati in **9 seminari formativi** (6 online di due giorni e 3 seminari in presenza di tre giorni).
- I successivi 3 moduli faranno parte del **secondo anno**, sviluppati anch'essi in **9 seminari formativi** (6 online di due giorni e 3 seminari in presenza di tre giorni).

1. **Modulo 1** (ottobre-novembre 2025): "*Fondamenti di Somatica del Femminile e le basi del lavoro*"
2. **Modulo 2** (dicembre 2025-febbraio 2026): "*Memoria somatica e corpo come processo*"
3. **Modulo 3** (marzo 2026 -maggio 2026): "*Salute addominale e pelvica della donna*"
4. **Modulo 4** (settembre 2026 - novembre 2026): "*Ciclicità e salute ormonale*"
5. **Modulo 5** (dicembre 2026 - febbraio 2027): "*I riti di passaggio del femminile, l'emersione dell'ombra e l'accensione*"
6. **Modulo 6** (marzo 2027 - maggio 2027): "*Andare nel mondo: business e leadership femminile*"

Tutti i **weekend di formazione online** avranno i seguenti orari:

- Sabato 14.30 - 19.30 (con pausa)
- Domenica 9 - 13 / 14 - 17.30

I seminari **in presenza** avranno i seguenti orari:

- Venerdì 10 - 13 / 14.30 - 19 (con pausa)
- Sabato 9 - 13 / 14.30 - 19 (con pausa)
- Domenica 9 - 13 / 14 - 17.30



E' possibile frequentare anche solo il **primo anno** e ricevere un attestato come *Practitioner somatica*, per introdurre nella propria professionalità l'approccio informato sul trauma, insieme a conoscenze e pratiche somatiche mirate al riequilibrio femminile.

Con il completamento dei due anni di studio e del raggiungimento dei requisiti di certificazione sarà possibile, invece, qualificarsi come **Operatrice Somatica del Femminile Certificata**, accreditata a livello internazionale dall'International Institute for Complementary Therapies.

MODULO 1 - 1° ANNO

FONDAMENTI DI SOMATICA DEL FEMMINILE E LE BASI DEL LAVORO



Il primo modulo della formazione metterà le basi del percorso.

Andremo a scoprire nella teoria e nella pratica:

- Cosa sono la Somatica e l'approccio alla cura informato sul trauma
- La Somatica del Femminile e come facilitare l'emergere della salute nella donna contemporanea
- Il Blueprint di Salute: da una visione e un approccio meccanico del corpo alla prospettiva Biodinamica
- Le basi della Presenza e dell'Esserci
- L'embodiment e la fisiologia dell'operatrice somatica
- La risonanza e la Potenza del campo
- L'importanza delle risorse e della Consapevolezza Duale

DATE:

• **18-19 ottobre 2025 - online**

SEMINARIO 1 INTRODUTTIVO "Fondamenti di somatica e cura informata sul trauma per la salute della donna"

• **14-15-16 novembre 2025 - in presenza**

SEMINARIO 2: "Il Blueprint e la potenza del campo"

MODULO 2 - 1° ANNO

MEMORIA CORPOREA E CORPO COME PROCESSO



Il secondo modulo sarà dedicato alla comprensione del sistema nervoso e del trauma. Inizieremo a capire come lavorare con le dis-regolazioni, le memorie implicite e i processi somatici al fine di riportare maggior equilibrio nel sistema femminile. In particolare studieremo nella teoria e nella pratica:

- La Teoria Polivagale e il Sistema Nervoso Autonomo della donna contemporanea. Le attivazioni e la finestra di presenza
- Il trauma e la storia di Lei. Gli Imprinting e la memoria somatica implicita
- L'ABC del lavoro somatico di rilascio e integrazione delle memorie traumatiche
- La mappatura fisica ed energetica del sistema femminile
- La natura del tocco in relazione alle memorie traumatiche e alla disregolazione e il lavoro sul lettino

DATE:

• **13-14 dicembre 2025 - online**

SEMINARIO 3: "Il sistema nervoso e la saggezza somatica"

• **10-11 gennaio 2026 - online**

SEMINARIO 4: "La memoria del corpo femminile e la facilitazione della guarigione"

• **6-7-8 febbraio 2026 - in presenza**

SEMINARIO 5: "La natura del tocco nel rilascio e integrazione delle memorie corporee"

MODULO 3 - 1° ANNO

SALUTE ADDOMINALE E PELVICA DELLA DONNA



Focus del terzo modulo della formazione sarà il ripristino della Salute addominale e pelvica della donna.

I temi trattati saranno:

- I 4 pilastri della salute pelvica e addominale della donna
- Anatomia: l'ombelico, la pancia e il bacino
- Biomeccanica e Movimento funzionale nella donna
- Yoga della Radice
- Biochimica, salute dei tessuti e dell'intestino
- Lavoro con le aderenze e il tessuto cicatriziale
- Il Blueprint e gli Imprinting della Radice
- Trattamento addominale e pelvico - Parte 1
- Tecniche specifiche e strumenti di supporto per la cura dell'addome

DATE:

• **14-15 marzo 2026 - online**

SEMINARIO 6: "Biomeccanica e salute fasciale per la Salute addominale e pelvica della donna"

• **11-12 aprile 2026 - online**

SEMINARIO 7: "Biochimica, sistema nervoso, traumi ed emozioni per la salute della radice femminile"

• **22-23-24 maggio 2026 - in presenza**

SEMINARIO 8: "Trattamento addominale e pelvico integrato - Parte 1"

• **20-21 giugno 2026 - online**

SEMINARIO 9: "Integrazione e approfondimenti primo anno"

Attestato di Practitioner somatica

MODULO 4 - 2° ANNO

CICLICITA' E SALUTE ORMONALE

Il quarto modulo sarà dedicato alla salute ormonale femminile e al suo equilibrio ciclico.

Approfondiremo:

- L'anatomia e la fisiologia, esplorando il sistema riproduttivo e il sistema endocrino femminile
- I cicli vitali della donna e la ciclicità mestruale
- La stagnazione e lo squilibrio ormonale
- La mappa di riequilibrio ormonale naturale
- Trattamento addominale e pelvico - Parte 2
- Tecniche specifiche e lavoro energetico per il bacino e il diaframma pelvico
- Erbe e rimedi di supporto per la salute ormonale femminile



DATE:

• **12-13 settembre 2026 - online**

SEMINARIO 10: "Ciclicità e salute ormonale, prima parte"

• **17-18 ottobre 2026 - online**

SEMINARIO 11: "Ciclicità e salute ormonale, seconda parte"

• **13-14-15 novembre 2026 - in presenza**

SEMINARIO 12: "Trattamento addominale e pelvico integrato - Parte 2"

MODULO 5 - 2° ANNO

I RITI DI PASSAGGIO DEL FEMMINILE. L'EMERSIONE DELL'OMBRA E L'ACCENSIONE

Nel quinto modulo entreremo nelle fasi vitali del femminile legate all'ombra e alla luce. Ne scopriremo il potenziale di guarigione, e impareremo come supportarle ai fini di riportare vitalità, accensione e potere nella donna.

Argomenti teorici e pratici dei seminari formativi di questo modulo saranno:

- Fare luce all'ombra
- Fisiologia del post-parto e della menopausa
- Le Tre opportunità d'oro per la Salute della donna
- Elementi essenziali per la salute nel post-parto, nel rilascio di una gravidanza, e nella menopausa.
- L'integrazione delle storie di parto difficili e/o traumatiche.
- I confini personali e l'espressione autentica
- Eros come forza vitale e principali blocchi all'emersione della coscienza erotica
- La sessualità femminile e il piacere
- Accensione erotica ed espansione della coscienza



DATE

• **12-13 dicembre 2026 - online**

SEMINARIO 13: "Fare luce all'ombra: post-parto, aborto, menopausa"

• **16-17 gennaio 2027 - online**

SEMINARIO 14: "Reciprocità, confini ed espressione autentica"

• **19-20-21 febbraio 2027 - in presenza**

SEMINARIO 15: "Accensione erotica ed espansione della coscienza"

MODULO 6 - 2° ANNO

ANDARE NEL MONDO, BUSINESS E LEADERSHIP FEMMINILE



Il sesto e ultimo modulo della formazione sarà dedicato all'andare nel mondo. Ovvero a comprendere come portare il proprio lavoro come donna e operatrice SDF alle altre donne in un modo che sia sicuro, fattibile e ideale.

Alcuni degli argomenti che tratteremo saranno:

- Incontrare la propria medicina e la propria unicità
- Da un modello patriarcale di business ad un modello femminile
- Marketing ad approccio femminile e relazione con il denaro
- Creare un workshop, una sessione e un percorso di sostegno e cura
- I pilastri dell'etica professionale: confini ed etica
- Cura per chi si prende cura
- Esame finale e certificazione

DATE:

• **20-21 marzo 2027 - online**

SEMINARIO 16 : "Incontrare la propria medicina"

• **17-18 aprile 2027 - online**

SEMINARIO 17 : "Andare nel mondo: business e leadership femminile"

• **21-22-23 maggio 2027 - in presenza**

SEMINARIO 18 : "Cura per chi si prende cura"

Certificazione come *Operatrice Somatica del Femminile* accreditata

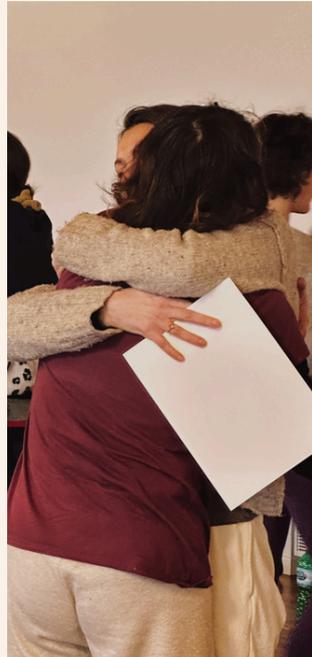
CERTIFICAZIONE

La **Formazione in Somatica del Femminile**

è riconosciuta come disciplina pionieristica dall'*International Institute For Complementary Therapists*, e accreditata a livello internazionale.

I requisiti per la certificazione prevedono:

- la partecipazione al 90% delle lezioni frontali del primo e secondo anno;
- il completamento delle esercitazioni di ogni modulo;
- la lettura di 3 libri dalla bibliografia + il manuale del corso;
- Una tesina/elaborato da concordare con la docente.



Alla fine del percorso e del raggiungimento dei requisiti di certificazione sarà possibile qualificarsi come **Operatrice Somatica del Femminile Certificata**, accreditata dall'*International Institute for Complementary Therapies*.

E' possibile frequentare anche solo il primo anno e ricevere l'attestato di Practitioner somatica, per introdurre nella propria professionalità l'approccio informato sul trauma, insieme a conoscenze e pratiche somatiche mirate al riequilibrio femminile.



ISCRIZIONE E COSTI

L'investimento annuale per la formazione è di **4 rate di 600 euro**.

Al momento dell'iscrizione è possibile versare un acconto di 150 euro e saldare i restanti 450 euro della prima rata entro l'inizio della formazione. Le altre 3 rate del primo anno saranno da versare a novembre, febbraio, maggio.

Il costo annuale include:

- 6 seminari online di 2 giorni
- 3 seminari in presenza di 3 giorni
- dispense complete di ogni seminario redatte dalla docente
- accesso al portale online con le registrazioni delle lezioni, materiale video, pratiche somatiche guidate, approfondimenti
- mentorship di gruppo mensili per domande, condivisioni e per approfondire il lavoro svolto nei seminari formativi
- feedback individuali alle esercitazioni assegnate



IL TEAM DELLA FORMAZIONE

SILVIA URBANI

Fondatrice e Docente



Silvia è fondatrice della Somatica del Femminile, operatrice e ricercatrice somatica specializzata in Biodinamica Craniosacrale e Salute Femminile con più di 20 anni di esperienza.

Ha studiato in Italia e all'estero con figure di spicco nel campo della somatica e del lavoro sul trauma tra cui Michael Shea, Franklyn Sills, Cherionna Menzam, Arielle Schwartz, Deb Dana, Fran Booth, e del benessere della donna come Tami Lynn Kent, Claudia Welch, Rachelle Seliga, Rachael Maddox, Lynn Schulte, Kimberly Ann Johnson.

E' educatrice di Psicologia Somatica Pre e Perinatale, Somatic Trauma Therapy Practitioner e Operatrice INNATE Postpartum Care .

E' membro dell'Association for Spiritual Integrity e insegnante approvata dall'International Institute for Complementary Therapies.

Negli ultimi 7 anni ha assistito Rachelle Seliga nei corsi Innate Postpartum Care e Physiologic Baby Care, come assistant teacher, tutor e mentore delle studenti.

Il suo approccio è centrato sul Femminile Profondo, radicato nella saggezza innata del corpo e al servizio dei principi che sostengono ed esaltano la Vita.

GIADA BOTARELLI

Tutor

Operatrice Somatica Del Femminile
Esperta di MTC applicata, tecniche
bioenergetiche PHE e Riflessologia
Plantare integrata.



DANIELA CANZINI

Tutor

Operatrice Somatica del
Femminile. Doula, Coach a
mediazione corporea.
Operatrice di Impronte Prenatali e
di Nascita. Educatrice mestruale.

SARA GRECO

Tutor

Operatrice Somatica del Femminile.
Scuola di Counseling espressivo-
creativo. Ricercatrice del benessere
e della salute della Donna.



LA SEDE



I weekend online si terranno nella piattaforma Zoom.

La sede dei seminari in presenza sarà invece "Casa Roberta", uno splendido casale immerso nella natura ad Arcugnano (VI).



Per i pernottamenti nei seminari in presenza sarà possibile dormire con sacco a pelo presso la sala dormitorio di Casa Roberta ad un costo di 20 euro a notte con colazione inclusa. E' a disposizione una cucina con piastre, frigoriferi, forni a microonde ecc. per essere autonome nei pasti.



TUTTE NOI ABBIAMO LA CAPACITÀ DI
GUARIRE E TORNARE A VIVERE CON
RINNOVATA ENERGIA QUANDO CI
RIALLINEIAMO A CIÒ CHE C'È DI PIÙ
NATURALE E PROFONDO IN NOI.
IL PIACERE E LA SICUREZZA, NON IL
DOLORE E LA PAURA, SONO IL NOSTRO
DIRITTO DI NASCITA.



FORMAZIONE SDF



CONTATTI

www.laprimaradice.org

info@laprimaradice.org

IG: @laprimaradice