

## Fondo di Solidarietà per la Formazione, l'Evoluzione e l'Espansione personale

Il Consiglio Direttivo dell'Associazione ha istituito il Fondo di Solidarietà per la Formazione, l'Evoluzione e l'Espansione personale, che si propone di ridurre, sino ad azzerare, le spese di viaggio, vitto e alloggio sostenute dai soci che partecipino ad iniziative di informazione, formazione ed espansione personale con formula residenziale organizzate dall'Associazione.

Il Consiglio Direttivo dell'Associazione stabilisce il tetto massimo di contribuzione erogabile dal Fondo a ciascun partecipante per ogni iniziativa valutati i costi di vitto e alloggio della struttura che ospita l'evento e la media dei costi da sostenere per i mezzi di trasporto necessari a raggiungere la sede. A ciascun partecipante verrà assegnato un importo uguale a prescindere dalle personali disponibilità economiche e dalle scelte di trasporto, soggiorno e pasti effettuate da ciascuno sino ad esaurimento delle disponibilità della dotazione del Fondo al momento dell'erogazione.

Ciascun socio partecipante potrà rinunciare, in tutto o in parte, alla contribuzione consentendo agli altri soci di accedere a contribuzioni di maggiore consistenza.

Il contributo potrà essere erogato unicamente ai soci che abbiano partecipato a tutte le fasi e i momenti didattici, comunitari, ricreativi e conviviali previsti dal programma ufficiale delle singole iniziative, dopo il termine di ciascun evento.

Il tetto massimo deliberato dal Consiglio Direttivo per questo corso, sino ad esaurimento delle disponibilità del Fondo, è pari a € 465,00 a partecipante.



### REGOLAMENTO INTERNO

approvato dall'Assemblea dei Soci nella seduta straordinaria del 4 giugno 2016  
e modificato dal Consiglio Direttivo nella riunione del 3 ottobre 2019

Per consultare la versione integrale del Regolamento del Fondo: [www.maestr-ale.org](http://www.maestr-ale.org)

## Prenotazione alloggio

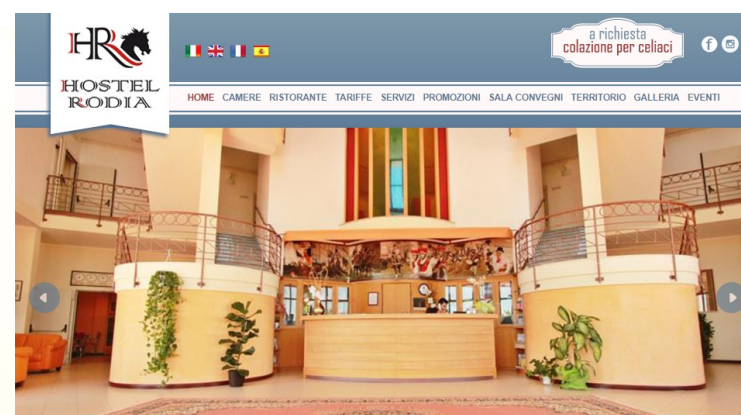
La prenotazione dell'alloggio è a carico dei partecipanti.

Chi intende alloggiare presso l'Hostel Rodia dovrà contattare l'albergo, in piena autonomia, ai seguenti recapiti:

tel.: 0783.251881 - cell.: 339.7769234

fax.: 0783.520212

e-mail.: [info@hostelrodia.it](mailto:info@hostelrodia.it)



Ad ogni contatto fare riferimento al Corso dell'Associazione MaeStr'Ale del 21 agosto.

All'atto della prenotazione l'albergo chiederà il pagamento del 30% del totale dovuto per il soggiorno, da saldare in loco.

Considerato che il Corso si svolge in periodo di alta stagione e che l'albergo è attrezzato per il turismo estivo (piscina, SPA, palestra, pochi minuti d'auto dal mare) si consiglia di prenotare prima possibile.

## Cosa portare

I locali dell'albergo e la sala dove si terrà il corso sono climatizzati. Portarsi quanto necessario per vestirsi ... "a strati".

Per l'escursione del 24 agosto è necessario avere con sé scarpe chiuse adatte al suolo naturale (ginnastica, trekking), copri capo, zainetto, acqua.

## Avvertenze

All'interno della sala che ospiterà il corso non potranno essere introdotti telefoni cellulari.

## DONA IL TUO 5 X 1000

Sostenere MaeStr'Ale è semplice e non costa nulla!

Scrivi nella dichiarazione dei redditi

il nostro codice fiscale 92220270927 Grazie!

Estate 2021



Corso residenziale  
con Antonio Mastidoro,  
Lucia Giglioli  
e Massimo Bongini  
Oristano - Hostel Rodia

21 - 28 agosto 2021

Ogni persona che incontriamo  
o frequentiamo,  
ogni situazione che viviamo  
è come uno specchio  
che ci restituisce un'immagine sempre diversa di noi,  
che quasi sempre ignoriamo.

## Informazioni e adesioni

web: [www.maestr-ale.org](http://www.maestr-ale.org)

mail: [info@maestr-ale.org](mailto:info@maestr-ale.org)

tel.: 070.6400725 - cell.: 346.9553823



## Perché partecipare

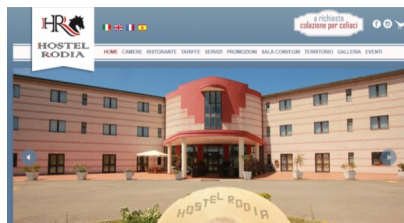
Lo scopo di questo nuovo corso è quello di **accompagnare i partecipanti** verso un costante allenamento nel **riconoscersi Creatori** rispetto a tutto ciò che è **presente nella loro vita, cogliendo la perfezione** delle indicazioni che esso contiene.

Non vi è **nulla di negativo o sbagliato, solo coerenza** in frequenza.

## Quali attività si faranno

Il programma prevede **momenti** di lezione, silenzio, sperimentazione, meditazione, condivisione, sorpresa, confronto, gioco, risveglio fisico - mentale e spirituale, comunità, relax, vacanza.. ancora sperimentazione e... molto altro... **concepiti, miscelati e orientati verso lo scopo ultimo dell'iniziativa: Espandere singolarmente e collegialmente.**

## Dove



**Oristano**, presso **Hostel Rodia**, viale Repubblica snc  
[www.hostelrodia.it](http://www.hostelrodia.it)

## Quando

**dal 21 agosto** ore 15,00 - **al 28 agosto** ore 17,00

## Facilitatori

- **Antonio Mastidoro:** Ricercatore olistico e Facilitatore.
- **Lucia Giglioli:** Logopedista, Ricercatrice olistica e Facilitatrice.
- **Massimo Bongini,** Guida Ambientale Escursionistica AIGAE.

Per consultare la versione integrale dei curriculum vitae dei Facilitatori: [www.maestr-ale.org](http://www.maestr-ale.org)



## Come si svolgono le giornate

- ore 07,30: -Risveglio fisico  
-Risveglio Spirituale  
-Buongiorno!  
-Risveglio mentale
- ore 08,30: Colazione
- ore 09,15: Tema del giorno – 1° parte
- ore 11,00: Silenzio: lavoro personale
- ore 12,00: Condivisione nel gruppo
- ore 13,00: Pranzo
- ore 14,30: Relax, riposo attivo, vacanza
- ore 16,45: Tema del giorno – 2° parte
- ore 18,30: Silenzio: lavoro personale
- ore 19,30: Condivisione nel gruppo
- ore 21,00: Cena
- ore 22,00: Attività serale  
-Rito della giornata  
-Buonanotte!

- Il **24 agosto** il programma della giornata **prevede**, dopo la colazione, **un'escursione** con rientro in albergo per il pranzo **e**, nel pomeriggio, **mezza giornata di completa libertà** per il relax, il riposo attivo e la vacanza. Dopo aver pranzato assieme, il **ritrovo** sarà alle **ore 20,00** presso il locale che verrà indicato **per concludere assieme la serata.**

**Esigenze didattiche**, logistiche ed organizzative **possono comportare variazioni** al programma delle giornate.

## Requisiti di ammissione

Possono partecipare al Corso unicamente i **soci dell'Associazione MaeStr-Ale** con tessera in corso di validità. Non sono richieste conoscenze particolari, né l'aver partecipato alle edizioni precedenti di questo corso.

## Condizioni di partecipazione

La riuscita dell'iniziativa dipende dallo spirito di comunità, per favorire il quale **è richiesto** ai partecipanti di **consumare tutti i pasti assieme presso la struttura che ospita l'evento.**

## Quanto costa

- **Adesione:** €. 75,00, non rimborsabili in caso di mancata partecipazione e pagabili in 2 rate  
> 1° rata, all'atto dell'adesione: €. 35,00;  
> 2° rata, prima dell'inizio del corso: €. 40,00.

- **Partecipazione:** contributo economico liberamente stabilito dal partecipante.

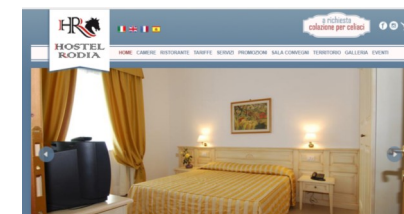
Sia la quota di adesione che quella di partecipazione non potranno essere rimborsate in caso di interruzione anticipata della frequenza al corso.

- **Pernottamento presso Hostel Rodia:**  
**arrivo sabato 21.8 – partenza sabato 28.8.2021**

- > **solo pasti** (colazione, pranzo e cena), **non facoltativo:**  
€. 38,00 per persona al giorno, per complessivi €. 266,00;  
> **pensione completa** (alloggio, **facoltativo** - e pasti, **non facoltativo**):

- bilocale per 4 persone**  
(2 camere doppie con bagno condiviso):  
€. 65,00 per persona per notte,  
per complessivi €. 455,00;
- camera doppia:**  
€. 75,00 per persona per notte,  
per complessivi €. 525,00;
- camera singola + camera singola**  
(con bagno condiviso):  
€. 80,00 per persona per notte,  
per complessivi €. 560,00;
- camera singola:**  
€. 85,00 per persona per notte,  
per complessivi €. 595,00.

I partecipanti dovranno **contattare personalmente l'hotel.**  
**A conferma della prenotazione** l'albergo richiede una **caparra** del 30% del totale soggiorno, saldo in loco.



- **La cena del 24 agosto** si svolgerà presso una pizzeria del litorale di Torre Grande, in occasione della quale ognuno pagherà ciò che consuma.