



**Accademia
delle Relazioni
Umane** A.S.D.

Promozione del *benessere* relazionale e della coesione *sociale*

Una cultura dell'incontro fondata su empatia, ascolto e cooperazione — per comunità sane, solidali e vitali.



ACCADEMIA DELLE RELAZIONI UMANE
— A.S.D.

*Crediamo che una comunità cresca
quando le persone imparano a incontrarsi davvero.*



Promozione del benessere relazionale e della coesione sociale

DOCUMENTO DI PRESENTAZIONE ISTITUZIONALE E CULTURALE

Chi siamo

L'**Accademia delle Relazioni Umane – A.S.D.** nasce con l'obiettivo di promuovere la crescita della persona e il benessere delle comunità attraverso lo sviluppo della qualità delle **relazioni umane**.

L'associazione si fonda sulla convinzione che la salute delle comunità dipenda in larga misura dalla qualità dei legami tra le persone. Questo perché in un'epoca caratterizzata da forti trasformazioni sociali e da una crescente fragilità relazionale, è sempre più necessario creare spazi e percorsi che favoriscano l'incontro autentico, la comunicazione empatica e la cooperazione.

L'Accademia opera attraverso **attività culturali, formative ed esperienziali** che hanno lo scopo di sviluppare consapevolezza personale, empatia e capacità relazionali.

Al centro della sua azione vi è la promozione di una **cultura dell'incontro** che riconosca nella relazione umana uno dei pilastri fondamentali per la costruzione di comunità sane, solidali e vitali.

La nostra visione

La società contemporanea vive una trasformazione profonda nelle modalità di relazione tra le persone. Nonostante l'aumento delle possibilità di comunicazione, **molte persone sperimentano oggi forme di solitudine esistenziale**, isolamento emotivo e difficoltà relazionali.

La grande sfida del nostro tempo non è soltanto economica o tecnologica, ma profondamente umana: ricostruire legami autentici tra le persone.

L'**Accademia delle Relazioni Umane** nasce proprio da questa consapevolezza e si propone di contribuire alla diffusione di una cultura relazionale fondata su:

- empatia
- ascolto
- cooperazione
- riconoscimento reciproco
- partecipazione comunitaria

Crediamo che una comunità cresca quando le persone imparano a incontrarsi davvero.

Promuovere relazioni sane e costruttive significa infatti contribuire non solo al benessere individuale, ma anche alla **coesione sociale** e alla **vitalità culturale** dei territori.

Il nostro approccio

Le attività dell'Accademia delle Relazioni Umane integrano **diversi strumenti educativi e formativi** orientati allo sviluppo della persona nella sua globalità.

Uno degli strumenti principali utilizzati nei percorsi proposti è la **Biodanza SRT, una psico pedagogia esperienziale** per l'integrazione umana creata dall'antropologo e psicologo cileno Rolando Toro.

Questa metodologia facilita la possibilità di entrare creativamente in relazione con sé stessi (consapevolezza identitaria e autoefficacia), con l'altro (empatia e dinamiche pro-sociali) e con il mondo (visione ecologico-bioetica).

La Biodanza utilizza musica, movimento ed esperienze di relazione per stimolare le potenzialità vitali dell'essere umano e favorire lo sviluppo di:

- vitalità
- affettività
- creatività
- identità
- capacità di relazione

L'attività corporea proposta dal Metodo Biodanza promuove salute integrale e connessione: riduzioni dello stress, miglioramento dell'umore endogeno, incremento dell'autoefficacia personale e della resilienza, come evidenziato da innumerevoli esperienze applicative in ambito riabilitativo.

Questo approccio permette inoltre alle persone di sviluppare una maggiore consapevolezza di sé e degli altri, favorendo dinamiche di **incontro autentico e cooperazione**.

Attività dell'Accademia

L'Accademia delle Relazioni Umane realizza diverse tipologie di **attività culturali e formative rivolte alla comunità**. Tali attività si svolgono in ambiti **privati, scolastici, aziendali o all'interno di strutture sanitarie**.

Tra le principali attività promosse:

Eventi culturali e comunitari

Conferenze aperte al pubblico volte a promuovere momenti di incontro, condivisione e partecipazione sociale, con particolare attenzione alla diffusione delle più recenti ricerche scientifiche sull'embodiment e la riscoperta del sistema mente-corpo.

Percorsi settimanali di crescita personale e biodanza

Incontri dedicati allo sviluppo del benessere Bio-Psico-sociale attraverso lo sviluppo della consapevolezza di sé, l'incontro con l'altro e con il mondo che abitiamo attraverso la pratica sportiva finalizzata alla salute denominata Metodo Biodanza SRT.

Seminari tematici di crescita personale e biodanza

Eventi dedicati all'approfondimento di temi legati alla relazione umana, alla comunicazione empatica e al benessere della persona e della collettività.

Team building e laboratori esperienziali in scuole e aziende

Percorsi dedicati allo sviluppo delle competenze relazionali attraverso esperienze corporee e di relazione. Attraverso queste attività l'Accademia contribuisce all'armonizzazione degli ambienti di lavoro sia nella realtà scolastica che aziendale.

La Scuola di Formazione

Tra le attività più significative collegate al lavoro dell'Accademia vi è la **Scuola di Formazione per Insegnanti di Biodanza con sede a Bari**.

Inaugurata a Bari il 25 aprile 2010, attraverso 4 cicli formativi la Scuola ha formato 26 facilitatori che stanno ora operando su tutto il territorio pugliese (Bari, Lecce, Andria, Ruvo, Altamura, Martina Franca, Gioia del Colle, Foggia)

La scuola rappresenta un importante centro di formazione dedicato allo **sviluppo professionale** di facilitatori e operatori nell'ambito della crescita personale e delle relazioni umane.

Il percorso formativo si sviluppa attraverso un programma pluriennale che integra:

- formazione teorica
- esperienze pratiche
- sviluppo personale
- approfondimento delle dinamiche relazionali

La scuola contribuisce alla diffusione di competenze educative e relazionali che possono essere applicate in diversi contesti sociali, culturali, sanitari e formativi.

www.scuolabiodanzapuglia.it

Impatto sociale

Il lavoro dell'**Accademia delle Relazioni Umane** si inserisce all'interno di un più ampio impegno culturale e sociale volto a promuovere la qualità delle relazioni umane come risorsa fondamentale per il benessere delle persone e delle comunità.

In un contesto sociale in cui molte persone sperimentano forme di isolamento e fragilità relazionale, diventa sempre più importante creare spazi e percorsi che favoriscano l'incontro, il dialogo e la cooperazione.

Tra i principali ambiti di intervento:

Promozione del benessere relazionale

Percorsi orientati allo sviluppo di relazioni sane e costruttive tra le persone.

Contrasto alla solitudine e all'isolamento sociale

Creazione di contesti di incontro e partecipazione che favoriscano il senso di appartenenza alla comunità.

Educazione alle competenze relazionali

Sviluppo di strumenti di comunicazione empatica e consapevolezza emotiva.

Promozione della salute psicofisica

Attività orientate al benessere integrale della persona attraverso esperienze corporee e relazionali.

Il Partenariato con la Fondazione Nikolaos

"L'Accademia condivide con la Fondazione Nikolaos una profonda attenzione verso lo sviluppo culturale e sociale delle comunità, ponendo al centro l'integrazione e la cultura della relazione come bene comune."

Progetti di promozione del benessere della persona

Attività culturali e formative orientate alla crescita personale e alla costruzione di relazioni positive all'interno della comunità.

Percorsi formativi e seminari in Scuole e Aziende

Iniziative culturali e formative dedicate allo sviluppo delle competenze relazionali e della comunicazione empatica per Insegnanti scolastici o colleghi di lavoro aziendali.

Percorso formativo motivazionale per Studenti 15-18

Laboratorio "CREDI IN TE - Come essere ok con sé stessi e con gli altri" dedicato in modo specifico agli studenti delle Scuole medie superiori.

Progetti sociali e inclusivi

Attività orientate alla promozione del benessere relazionale in contesti sociali con difficoltà specifiche: carcere, case-famiglia, emarginazione sociale, persone diversamente abili.

Organizzazione eventi di rilevanza nazionale e internazionale

Attraverso la ventennale esperienza professionale della Presidente dell'Accademia Tiziana Centomani.

Creazione di Centri di Coesione Sociale

Muovendosi in un'ottica sinergica e di sviluppo progettuale, l'Accademia e la Fondazione Nikolaos convergono nella volontà di istituire in Puglia, Basilicata e nelle altre regioni in cui operano i propri soci, diversi **Centri di Coesione Sociale** finalizzati a promuovere:

- Dialoghi interculturali e solidarietà (mission Fondazione)
 - Benessere Bio-psicofisico e inclusione sociale (sport non agonistico)
 - Cura dei legami comunitari contro la solitudine esistenziale
 - Formazioni specifiche per lo sviluppo di qualità relazionali empatiche e solidali
-

Struttura organizzativa

Presidente dell'associazione
Tiziana Centomani

Fondatore e Responsabile dei programmi formativi in Scuole e Aziende
Ugo Rizzo

ALTRI SOCI FONDATORI

Rossella Buongiorno, Angela Calabretto, Nicoletta De Carne, Emma Di Cesare, Teresa Donadeo, Grace Hugo, Daniele Loconsole, Mariella Lorusso, Maria Romano, Anna Rotolo, Giacomina Sasanelli, Anna Maria Scano, Antonello Serra, Tina Sorensen.

L'Accademia si avvale della collaborazione dei propri soci e di professionisti impegnati nel campo della formazione, della crescita personale e delle relazioni umane.

Cronistoria Associazione

La nostra **prima forma associativa** sul territorio barese è nata in concomitanza con l'inaugurazione della scuola di Formazione Insegnanti il **25 aprile 2010**.

Da allora la nostra presenza associativa sul territorio ha assunto **3 denominazioni differenti** mantenendo però una assoluta continuità operativa.

Aprile 2010 - 29 dicembre 2017

"Centro studi Biodanza Bari A.D.S." (Presidente Ugo Rizzo)

29 dicembre 2017 - 11 maggio 2025

"Accademia delle Relazioni umane A.P.S." (Presidente Ugo Rizzo)

11 MAGGIO 2025

"Accademia delle Relazioni Umane – A.S.D." (Presidente Tiziana Centomani)

Associazione Sportiva Dilettantistica senza scopo di lucro affiliata ad AICS (Associazione Italiana Cultura e Sport) ed iscritta al RASD (Registro Italiano ASD),

La scelta della forma ASD risponde alla recente normativa costituzionale che riconosce **nello sport non agonistico** (Legge 145/2018 e decreti attuativi) uno strumento primario per la promozione del benessere psicofisico, dell'inclusione sociale e dello sviluppo della persona attraverso la pratica motoria consapevole.

La Biodanza SRT, come attività psico fisica finalizzata alla salute e disciplina bio-naturale, trova nella disciplina sportiva non agonistica il quadro normativo ideale per la sua diffusione capillare nei contesti educativi, sanitari e comunitari.

Dati istituzionali



Sede legale

Accademia delle Relazioni Umane A.S.D.
Via Rosolino Pilo, 27
76123 Andria (BT)
Tel 3473001850
info@accademiarelazioni.it
www.accademiarelazioni.it

Affiliazione AICS

Codice affiliazione: n. 1227363

Iscrizione al RASD:

Codice fiscale

Registrato presso l'Agenzia delle Entrate di Barletta: n. 90129220720

Fondatore e Presidente: chi siamo

Ugo Rizzo



Formatore relazionale, Giornalista, Docente motivazionale

Specializzato in comunicazione empatica applicata alle relazioni umane

Fondatore Accademia delle Relazioni Umane (a.p.s > a.s.d)

Direttore Scuola di Formazione Insegnanti Biodanza IBFed di Puglia

E' giornalista pubblicista iscritto all'Albo della Lombardia dal 1993.
Dal 1995 si occupa di benessere e comunicazione applicate alle relazioni umane.

Nel 2006 crea il **Metodo BioCoaching**, un sistema di apprendimento teorico esperienziale per migliorare gli atteggiamenti mentali e motivazionali, diventando così il primo formatore italiano specializzato contemporaneamente in **Metodo Biodanza SRT®** e **Coaching Motivazionale**.

Nel 2010, insieme all'imprenditore Giancarlo Prota inaugura a Bari la **Scuola di Formazione Insegnanti di biodanza** tuttora aperta e di cui ricopre la carica di direttore insieme a Tiziana Centomani.

Nel 2017, insieme alla Dirigente scolastica Lidia Gentile crea **BioCoaching forSchool**, una specifica formazione per Insegnanti della scuola dedicata all'apprendimento di intelligenza emotiva, empatia e autostima.

Nel 2018, crea **BioCoaching team building**, una estensione del BioCoaching dedicata allo sviluppo delle migliori relazioni umane all'interno dei gruppi di lavoro **nelle aziende e nei team sportivi**.

Nel 2019 è uno dei Soci Fondatori di **The Bright Side**, associazione nata con lo scopo di diffondere la positività nella società italiana e in particolare nel racconto dei **mass media**.

Dal 2022 è **Docente incaricato** alla SSSCI, Scuola Specializzata Superiore in Cure Infermieristiche con sedi a **Lugano e Bellinzona** dove forma gli studenti nella materia "Conoscenza di sé, consapevolezza, espressione corporea".

Tiene regolarmente interventi formativi dedicati al benessere relazionale in **Aziende e Scuole**.

www.ugorizzo.it

CONTATTI: 347 3825882

info@ugorizzo.it

Tiziana Centomani



Presidente Accademia delle Relazioni Umane A.S.D.

Direttrice Scuola di Formazione Insegnanti Biodanza IBFed di Puglia

Esperta in progettazione e realizzazione di **percorsi inclusivi e salutogenici**:

Biodanza per **Sclerosi Multipla** (VOSM Cagliari), Biodanza per **ipovedenti** (Unione Italiana Ciechi Oristano), Biodanza per **disturbi della condotta alimentare**.

Tecnico e Formatore a livello nazionale di Ginnastica per la Salute (Metodo Biodanza)

Didatta Biodanza IBFed, Facilitatrice Specializzata in ambito Sociale e Clinico (dal 2014)

Organizzatrice professionista di grandi eventi (Rete Biodanza APS – Congresso Mondiale Biodanza IBFed)

2024).

Consulente di viaggio specializzata in incoming Italia e **guida ambientale** (GIROTOUR Sardinia – dal 2008).

Vicepresidente Consiglio Direttivo e Tutor Didatta ASD Sandera – Biodanza in Sardegna (dal 2022);
facilitatrice Biodanza per ASD Sandera (dal 2014).

Docente-esperto **educazione alla salute** presso CPIA Oristano (percorsi di salute e di inclusione sociale FOR.POP.AD.PLUS).

Relatrice al 9° Forum Internazionale di Biodanza Sociale (Vicenza 2023) con contributi su "Movimento, Collaborazione e Inclusione con Biodanza" e "Ecosofia e Identità".

Tiziana coniuga competenze olistiche (Biodanza, wellness corporeo) con expertise manageriale e turistica, promuovendo benessere integrale attraverso la relazione sana con il proprio corpo e la coesione ed inclusione sociale.

www.scuolabiodanzapuglia.it

CONTATTI: 347 3001850

biodanzasociale@gmail.com

Conclusione

L'**Accademia delle Relazioni Umane** nasce dal desiderio di contribuire alla costruzione di una società più consapevole, empatica e relazionalmente sana.

Crediamo che il futuro delle comunità dipenda sempre più dalla capacità delle persone di incontrarsi, ascoltarsi e collaborare. Per questo motivo guardiamo con grande interesse alla possibilità di **sviluppare collaborazioni con realtà culturali e sociali** impegnate nella promozione della salute bio-psico-sociale e spirituale.

In questo contesto la collaborazione con la **Fondazione Nikolaos** rappresenta una preziosa opportunità per sviluppare insieme iniziative culturali e sociali capaci di **generare valore umano e comunitario**.

Il nostro credo più grande:

“È nella qualità della relazione con sé stessi e con gli altri che si costruisce il miglior futuro della comunità a cui si appartiene.”
