

L'arcobaleno delle emozioni

Laboratorio pratico/esperienziale sulle emozioni

Tante emozioni, tanti colori, alcuni ci piacciono altri meno, alcuni li conosciamo bene, altri sono da scoprire e imparare ad apprezzare. Le emozioni sono il sale della nostra vita ma troppo sale ci fa male alla salute!

Come trovare un buon equilibrio per muoversi tra le nostre (e quelle degli altri) mille sfumature... di colori.



IL PROGRAMMA

* Lunedì 25 marzo

VERDE di rabbia!

La rabbia come energia positiva

* Martedì 23 aprile

Il buco **NERO** del dolore...

Affrontare il dolore, sostenere nel dolore...

* Lunedì 27 maggio

"Devo...dovrei!": il **GRIGIO**

turbamento del senso di colpa

* Lunedì 17 giugno

I **BIANCHI** fantasmi della gelosia

* Lunedì 23 settembre

ROSSO come un pomodoro!

La vergogna mi colora...

* Lunedì 28 ottobre

Una paura **BLU**!

Paura e ansia amiche/nemiche

* Lunedì 18 novembre

Una **GIALLA** esplosione

di gioia e piacere!

* Lunedì 16 dicembre

L'equilibrio del **VIOLA** rispetto me e

rispetto te! Relazioni in equilibrio...

LE CONDUTTRICI

Cristina Castagnoli

(psicologa)

Valentina Montuschi

(psicologa-psicoterapeuta)

LE SERATE SARANNO DI TIPO ESPERIENZIALE/PRATICO
BASATE SU CONFRONTO E CONDIVISIONE TRA LE PARTECIPANTI.

E' CONSIGLIATO UN ABBIGLIAMENTO COMODO
E INFORMALE E CALZINI POSSIBILMENTE ANTISDRUCCIOLO

Gli incontri si svolgeranno dalle 20.30 alle 23 presso la sede dell'associazione Sos Donna, (via Laderchi 3 a Faenza, tel. 0546/22060, email: info@sosdonna.com). Per ogni serata sono disponibili 12 posti, necessaria l'iscrizione telefonica o via mail per fissare un colloquio conoscitivo.

Costi: 60 euro per quattro incontri (pacchetto minimo), 100 Euro per otto incontri
Dopo i quattro incontri è possibile pagare le singole serate al prezzo pieno di 15 euro l'una.

www.sosdonna.com