




SAN GIORGIO

Laboratori creativi di crescita personale

Ciclo di quattro incontri di gruppo, a partecipazione diretta, che mediante la proposta di esperienze che nascono dall'incontro tra psicologia, pedagogia e attività creative, sono finalizzati alla scoperta di una maggiore consapevolezza personale. Attraverso esercizi creativi e tecniche proiettive, le persone saranno condotte ad approfondire la conoscenza di se stesse e a trovare spunti per raggiungere un miglior benessere personale nella vita quotidiana.

Gli incontri non hanno fine terapeutico, ma di miglioramento del benessere personale, attraverso un lavoro di introspezione e di ascolto di sé. Questo percorso vuole portare a riflettere sulla natura di quei processi interiori che ci spingono a mettere in atto certi tipi di idee, pensieri o pre-giudizi, aiutandoci a riconnetterci con la nostra autenticità, restituendo valore a ciò che per noi è davvero importante e ridefinendo così nuove chiavi di accesso ai nostri vissuti. Esperienze di gruppo per indagare e imparare a riconoscere le nostre emozioni più profonde, per riscoprire e mettere in luce i talenti personali.

Gli incontri sono diretti
dalla Dott.ssa **Valentina Biondi** (psicologa e psicoterapeuta)
e da **Ombretta Modiano** (coordinatrice pedagogica di servizi educativi)

È possibile iscriversi alla coppia di incontri 1 e 2 (19-26 marzo) oppure alla coppia di incontri 3 e 4 (9 e 16 aprile). La partecipazione è gratuita. Per iscriversi, inviare una mail all'indirizzo corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it indicando il proprio nome, cognome e numero tessera della biblioteca. Chi non ha un indirizzo di posta elettronica potrà recarsi al banco accoglienza della biblioteca, dove potrà compilare e firmare un apposito modulo cartaceo. Chi non è ancora iscritto alla biblioteca, potrà comunque inviare la richiesta di partecipazione e perfezionare l'iscrizione prima dell'inizio dell'incontro stesso. Le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo fino al raggiungimento di 10 richieste.

Informazioni: Tel 0573 371600 www.sangiorgio.comune.pistoia.it

Lunedì
19-26 marzo e
9-16 aprile 2018
ore 15-16.30
SALA BIGONGIARI
Biblioteca
San Giorgio
Via Pertini, Pistoia

