

Nuovo anno, nuovo me

Con l'inizio dell'anno si parte spesso con tanti buoni propositi, che inevitabilmente finiscono per essere rimandati o abbandonati negli inciampi degli impegni quotidiani. Ci chiediamo troppo senza fare i conti con la realtà? Non ci legittimiamo a pensare a noi stessi? Ci rimproveriamo di mancare di disciplina? Ci manca il metodo?

Questo gruppo ha proprio lo scopo di esplorare questi aspetti e costruire insieme nuove possibilità per vivere meglio tenendo fede a ciò che per noi è importante, con l'aiuto di qualche piccola tecnica e con il sostegno reciproco.

Avvio percorso

giovedì 19 febbraio ore 20.15 – 21.45

Il percorso si articola in **sei** incontri a cadenza settimanale. I posti a disposizione sono limitati ed è necessaria la preiscrizione.

Conduce: **Tania Da Ros**

Psicologa - Psicoterapeuta presso il
Consultorio Familiare Zelinda.



Consultorio Familiare Zelinda

via Fratelli Calvi 1

Trescore Balneario

tel. 035.0072380

zelinda@fondazioneangelocustode.it