

# Laboratorio esperienziale gratuito: Soccorso emotivo

+++++SOLD OUT+++++iscrizioni chiuse

Avrà inizio lunedì 2 dicembre , organizzato dall'informagiovani del Comune di Senigallia, presso la sala conferenze della Biblioteca Antonelliana, il Laboratorio esperienziale gratuito "Soccorso emotivo".

Un ciclo di incontri che fanno parte del "Contenitore Benessere", condotti dallo psicologo dott. Enrico Battisti, per imparare a riconoscere le emozioni e gli stati mentali, ed apprendere una serie di strategie per gestirli in modo efficace

Gli incontri, gratuiti e riservati ai maggiorenni, si svolgeranno alternando momenti teorici a momenti di partecipazione e discussione attiva

il programma:

**lunedì 2 dicembre** 2024 ore 16.00 **Senso di colpa**

**lunedì 9 dicembre** 2024 ore 16.00 **Solitudine**

**lunedì 16 dicembre** 2024 ore 16.00 **Ferite emotive**

**lunedì 13 gennaio** 2025 ore 16.00 **Intelligenza emotiva**

**lunedì 20 gennaio** 2025 ore 16.00 **Autostima**

**lunedì 27 gennaio** 2025 ore 16.00 **Assertività**

per prenotarsi è necessario registrarsi qui (iscrizioni fino ad esaurimento posti, sulla base dei posti disponibili verrà inviata una email di promemoria qualche giorno prima dell'incontro)



per info 800211212