

"L'ARTE DEL CAMBIAMENTO"

Quota di partecipazione 40,00 €

Iscrizioni aperte fino al 1 maggio 2010

Numero massimo partecipanti: 15

Programma della giornata:

Ore 9.00: registrazione
Partecipanti

Ore 9.30: inizio lavori

Ore 14.00—15.00: pausa pranzo

Ore 19.30: chiusura lavori

Si consiglia un abbigliamento comodo.

Per informazioni:

E-mail: coop.amenano@libero.it

Telefono: 3287048758

Per iscrizioni:

E-mail: coop.amenano@libero.it



Sede del seminario:

Asilo Nido Giramondo, P.za Alfieri 3.
Raggiungibile tramite Ferrovie Nord (fermata Bovisa: uscita a sinistra, scendere le scale, ingresso presso il primo edificio azzurro sulla destra), linee 91 e 92.

AMENANO

Società Cooperativa Sociale



Via T. Taramelli n°59

20124 Milano

Tel.: 02 68854362, Fax: 02 69431315

E-mail: coop.amenano@libero.it

Sito: www.amenanoscs.it

8 maggio 2010

"L'ARTE DEL CAMBIAMENTO"

Un'occasione per una maggiore conoscenza di sé e per andare nella direzione della propria realizzazione personale.

Laboratorio esperienziale

Condotta dal Dott. **Giovanni Porta** :
psicologo-psicoterapeuta in
Psicoterapia della Gestalt

“L'ARTE DEL CAMBIAMENTO”

Laboratorio esperienziale

Un'occasione per una maggiore conoscenza di sé e per andare nella direzione della propria realizzazione personale.

“Il cambiamento non è soltanto necessario per la vita. È la vita”

(A. Toffle)

“Non serve strappare le pagine della vita, basta saper voltar pagina e ricominciare.”

(J. Morrison)

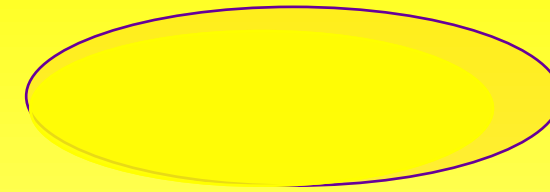
Tutti parliamo spesso di cambiamento: diciamo di voler cambiare qualcosa di noi, magari facciamo buoni propositi per l'anno nuovo. Di sovente, però, il cambiamento sperato si riduce a tante belle parole, lodevoli intenzioni non seguite dai fatti.

Come mai?

Che cosa ci trattiene dall'andare nella direzione di ciò che desideriamo?

Lo desideriamo veramente? Che costi dobbiamo affrontare per andare là?

Alle volte, siamo così legati ad un'immagine di noi da negarci la possibilità di fare molte cose; rimaniamo infelicemente prigionieri delle nostre stesse definizioni ...



*La logica vi porterà da A a B;
l'immaginazione vi porterà dappertutto”*

(A. Einstein)

In questo laboratorio proporremo esperienze che avranno a che fare con l'immaginazione e con il cambiamento; daremo ad ognuno la possibilità di confrontarsi con i propri pensieri ed emozioni, in un contesto accogliente e protetto.

Ognuno avrà l'occasione di sperimentarsi in un modo nuovo e, se vorrà, di iniziare a cambiare qualcosa di sé.

