CENTRO ANZIANI
DOMENICO SARTOR

L'Incontro
cooperativa sociale

Corso "BEN-ESSERE & EMOZIONI"

Si tratta di un percorso di potenziamento (**LAB-I Empowerment Emotivo-Motivazionale**) sviluppato da un'equipe di Ricercatori dell'Università di Padova – Facoltà di Psicologia, strutturato in 6 incontri di gruppo a cadenza settimanale della durata di un'ora e mezza ciascuno, durante i quali verranno trattati i vari aspetti del ben-essere psicologico, con particolare attenzione alla soddisfazione personale, alle strategie che si possono utilizzare risolvere i problemi e alla gestione delle proprie emozioni.

Il corso è aperto a tutti coloro che, compiuti i 50 anni di età, vogliono:

- *stare bene con se stessi e con gli altri*
- *migliorare la propria soddisfazione personale*
- *riscoprire le proprie emozioni*

Il corso sarà condotto dalle psicologhe **Giovanna Cipriani e Valeria Coletto**.

Sede degli incontri: Centro Polifunzionale ATTIVAMENTE, Via Ospedale 14 Castelfranco Veneto (TV).

Calendario

1. **27 febbraio 2020** dalle ore 10 alle ore 11.30
2. **05 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.30
3. **12 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.30
4. **19 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.30
5. **26 marzo 2020** dalle ore 10 alle ore 11.30
6. **02 aprile 2020** dalle ore 10 alle ore 11.30

Per maggiori informazioni e/o prenotazioni, chiamare il numero **0423.738123** o rivolgersi al Servizio Animazione del Centro Residenziale "D.Sartor". Ai partecipanti sarà richiesto un contributo di frequenza.