

# Stare nel tempo dell'incertezza



*Da cosa è guidata in questo momento la Tua vita?*

*Giorno dopo giorno cambiamo, ma raramente siamo consapevoli della direzione del nostro cambiamento. Spesso siamo in viaggio senza renderci conto del cammino che abbiamo seguito trovandoci con pensi-eri o "posture" che non ci fanno stare bene.*

## **Attraverso il Gruppo è possibile**

Condividere emozioni, preoccupazioni e sorrisi

Trovare risorse e strategie per vivere ed affrontare meglio i cambiamenti

Trovare nuovi modi di comunicare

Ascoltare ed esser ascoltati

## **Come**

Il percorso in Gruppo prevede complessivamente 3 incontri della durata di 1.30 H ciascuno a cadenza settimanale.

**Sabato dalle 14.30 alle 16.00**

**Inizio Sabato 24 Aprile 2021**

*Il Gruppo si attiverà con un minimo di 6 ed un massimo di 10 Partecipanti*

*\*è incluso un colloquio individuale prima dell'inizio del percorso della durata di ca 30 minuti da concordarsi\**

## **Dove**

Via skype o Zoom

## **Costo**

Gratuito

## **Conduttori**

*Maria Cristina Molesini*

**Prenota il Tuo posto**

[mariacristina@puncounseling.it](mailto:mariacristina@puncounseling.it)