



“ALLA RICERCA DEL BENESSERE EMOTIVO”

**Stare bene con se stessi e con
gli altri**

Mercoledì 20 Novembre

Mercoledì 04 Dicembre

Ore 20.30

**Presso Sala delle Losanghe
Biblioteca Paolo VI – Ospitaletto (BS)**

Ingresso libero e gratuito.

Mercoledì 20 NOVEMBRE

Ore 20.30

Si parlerà di

STARE BENE CON SE STESSI

Nel corso dell'incontro verranno affrontati gli aspetti che contribuiscono a costruire e mantenere il benessere psicologico individuale. Verranno offerti spunti di riflessione e buone prassi da costruire nella propria quotidianità.

Mercoledì 04 DICEMBRE

Ore 20.30

Si parlerà di

STARE BENE CON GLI ALTRI

L'uomo è un essere sociale pertanto la sfera individuale si interseca in continuazione con quella sociale con importanti ripercussioni sul benessere soggettivo. Nel corso della serata si affronterà la dimensione relazionale del benessere psicologico, verranno forniti spunti di riflessione e proposti momenti esperienziali.

Conduttrici

dott.ssa Carla Bracchi
PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA

dott.ssa Stefania Mariotto
PSICOLOGA PSICOTERAPEUTA