



# Ciclo di incontri gratuito

## “Genitori in ascolto, ascolto attivo e gestione delle emozioni”

Saranno tre incontri tenuti da una psicologa in piccolo gruppo, dove, verrà affrontato il tema della gestione di quelle emozioni che spesso mettono più in difficoltà, con particolare riferimento alla **RABBIA** e alla gestione dei **NO**.

Il percorso offrirà spunti di riflessione legati alla capacità di riconoscere le emozioni nei bambini ed in sé stessi, con l'obiettivo di fornire strategie per la loro gestione e per imparare a porsi in ascolto attivo ed empatico.

### CALENDARIO INCONTRI

Venerdì 30 Gennaio 17.15-19.15

Venerdì 13 Febbraio 17.15-19.15

Venerdì 27 Febbraio 17.15-19.15

presso l'Arcipelago Progetti **PIANETA FAMIGLIE**  
in via Borromini n. 21 Mira Porte

**!!PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA!!**

Email: [sumo.lavoro@gmail.com](mailto:sumo.lavoro@gmail.com)

O telefonando al numero 0412689480

FINANZIATO CON DGR. N. 115 del 12/02/2024

Progetto: 1000 GIORNI INSIEME: sostegno alla genitorialità nei primi tre anni di vita

Ente capofila: Giuseppe Olivotti s.c.s.

Codice progetto: 1846-0001-115-2024

C.U.P. H29D24000030007

