

PATROCINIO



CON IL CONTRIBUTO



## PROGRAMMA

### MERCOLEDÌ 12 OTTOBRE 2011 – ORE 20.20

**L'intelligenza emotiva:** le sue relazioni con la salute mentale.

**Vivere le emozioni:** chi le cerca e chi le rifiuta.

Comunicare con **il cuore:** le parole del benessere.

**Il benessere relazionale e psicologico** nei gesti quotidiani.

### MERCOLEDÌ 19 OTTOBRE 2011 – ORE 20.20

Essere **uomo** essere **donna:** uniti o divisi nelle responsabilità?

**L'emotività e la comunicazione** nell'uomo e nella donna: non è sempre questione di **carattere**. **Sentimenti:** quando la gratitudine e l'affetto non trovano parole.

### MERCOLEDÌ 26 OTTOBRE 2011 – ORE 20.20

**L'ottimismo:** quanto lo determina la genetica e quanto l'esperienza? Convertire il pessimismo in ottimismo: è possibile? Quando l'ottimismo nasconde **la paura** delle **responsabilità:** la finta sicurezza.

Superare **le emozioni** negative: imbarazzo e vergogna.

Esempi e strategie. Le nostre difese psicologiche...

### \* MERCOLEDÌ 02 NOVEMBRE 2011 – ORE 20.20

Perché "l'uomo" soffre di **disagi psicologici?** L'esperienza della **sofferenza emotiva**. Prenderci cura di noi stessi.

Quando **il pensiero** condiziona gli eventi e la nostra **salute**.

Si possono modificare i pensieri **negativi?** L'influenza

## REGOLAMENTO

Il corso è comprensibile a tutti; **l'ingresso è gratuito**. Iscrizioni entro il 10/10/2011, salvo esaurimento posti. Compilate la scheda. Non iscrivetevi **all'ultimo minuto**, non troverete posto. Iscrivendosi, senza poi presentarsi, si toglie il posto ad altre persone! Non si **accettano** iscrizioni per un solo incontro. L'ingresso gratuito non fa acquisire diritti particolari. È auspicabile una libera **offerta** per finanziare altre **attività gratuite**. Qualora l'iscritto non possa **più partecipare**, è pregato di avvisare subito la segreteria. La sala si trova in Marano, a 300 metri da Rossifloor, tra Unipol e il supermercato Coop.

### MOTIVAZIONI DEL CORSO

Per comprendere la forza del nostro potenziale emotivo e della capacità di volere. Per conoscere le risorse comunicazionali di ciascuno, valorizzando le differenti attitudini a gestire il confronto che caratterizzano l'uomo e la donna. Per saper affrontare la vita con il giusto ottimismo, soprattutto nel tempo storico attuale, in cui le tante insidie economiche e sociali sembrano minare il coraggio e la libertà delle proprie scelte. Per conoscere e prevenire il disagio psichico, accettandolo come una delle possibili esperienze umane e cogliendone i significati più costruttivi. Per imparare a vivere gli eventi traumatici non come limite, ma come stimolo ad andare oltre e a desiderare il bene.

### COME E DOVE ISCRIVERSI

La scheda può essere consegnata o inviata copiando il fac-simile:

1) Presso sede Psiche 2000 – Via Peguri, 2 – Chiuppano (VI) – da Lunedì a Venerdì ore 16.00 – 19.00.

2) Via e mail: [psduemila@tin.it](mailto:psduemila@tin.it)

3) Via fax: 0445891440

4) Posta: Via Peguri, 2 – 36010 Chiuppano (deve pervenire entro 30/09)

La scheda d'iscrizione si trova anche su: [www.psiche2000.it](http://www.psiche2000.it)



INCONTRI 2011 - PSICHE 2000



## IL CENTRO DI PSICOLOGIA

Il Centro di psicologia di Psiche 2000 nasce dalla sensibilità di un gruppo di persone che hanno costituito un'associazione. Nel Centro operano 4 Psicologhe che svolgono colloqui individuali agevolati tramite le seguenti attività: ascolto - orientamento - consulenza - sostegno psicologico - psicoterapia breve - relazione d'aiuto. Tel. 0445891440 - Orario segreteria: 16-19. Il Centro opera anche in collaborazione con l'Azienda ULSS 4. E' presente al bisogno anche un Medico-Psichiatra.

### Psiche 2000 - Chi siamo

Psiche 2000 è un'associazione no profit che opera nel settore della formazione, della promozione sociale, del disagio relazionale e psicologico. Ha promosso molte iniziative per sensibilizzare la cittadinanza e combattere il pregiudizio nel settore della salute mentale. Crede nella prevenzione ed è impegnata nella difesa del benessere umano e nella sensibilizzazione alla conoscenza dei bisogni interiori.

## AIUTACI AD AIUTARE

**Partecipare** all'Associazione non comporta obblighi costanti, ma certamente **serietà e senso di responsabilità**. Significa essere informati, abbracciare le finalità dell'Associazione, significa **rispettare la vita** dell'altro come si tiene alla propria, per coerenza con il valore che diamo alla vita stessa. Significa **condividere**, imparare, proporre, crescere nell'aiuto dato e ricevuto, **superando i pregiudizi**; significa non aspettarsi

# PSICHE 2000

Presenta  
IL CORSO 2011

# PENSIERI IN EQUILIBRIO

STAR BENE CON SE STESSI E CON GLI ALTRI

