





**Ciclo di 5 incontri**  
dal 5 febbraio al 5 marzo 2014, il mercoledì  
dalle 20.30 alle 22.30

**Finalità**

Riflettere sulla propria esperienza nel confronto con gli altri per accettare il dolore e ricostruire se stessi.

**5 febbraio 2014**  
**Perdita di una persona cara**



**12 febbraio 2014**  
**Condividere il dolore per renderlo più accettabile**

**19 febbraio 2014**  
**Combattere lo stress emozionale**

**26 febbraio 2014**  
**Mobilitare le proprie risorse**

**5 marzo 2014**  
**Ricostruire il proprio mondo interno ed esterno**

