

PERCORSO PSICOLOGICO DI GRUPPO

Stress e resilienza

Riconoscere e modulare le emozioni per vivere eventi stressanti
in un'ottica adattiva

Conduttrice: Dott.ssa Emanuela Russo
Psicologa e Psicoterapeuta Ausl Romagna



Vincent Van Gogh, Ramo di mandorlo in Fiore, 1890.

Il gruppo è rivolto a persone che vivono un momento di fatica esistenziale interessate ad aumentare la consapevolezza di sé, migliorare le proprie capacità di autoregolazione emotiva e di autosostegno.

Gli incontri si svolgeranno presso la

Casa della Comunità di Forlimpopoli

Via Duca D'Aosta 33, Sala della Biblioteca 2° Piano

Dalle ore 15:00 alle 17:00

Date incontri

16 maggio 2024
30 maggio 2024
6 giugno 2024

13 giugno 2024
17 giugno 2024
27 giugno 2024

Gli incontri si svolgeranno gratuitamente per un massimo di 15 partecipanti, previo colloquio preliminare con la conduttrice.

Per ulteriori informazioni

Contattare il proprio medico di medicina generale della Casa della Comunità di Forlimpopoli o inviare una e-mail al seguente indirizzo: [**emanuela.russo@auslromagna.it**](mailto:emanuela.russo@auslromagna.it) oppure chiamare il giovedì mattina il numero **0543-733250**