

## 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	13 giugno 2024
30 maggio 2024	17 giugno 2024
6 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**