



Genitori in cammino a.p.s.  
Via Brigata Re 29, I piano stanza 4

## GRUPPO D'INCONTRO per il BEN-ESSERE ALLA SCOPERTA DELLA NOSTRA PERSONALITA' Che ci protegge ma ci limita!



**SABATO 22 dicembre 2018**  
**Ore 9,15 - 12,00 (segue bicchierata con auguri)**

Quanto mi sento libero/a quando mi muovo nel mondo? Le mie azioni sono guidate da scelte consapevoli o avvengono automaticamente?

Le risposte abituali che ho imparato a mettere in pratica da bambino formano la mia maschera, con la quale mi difendo nel mondo. Conoscerla è il primo passo verso il recupero della volontà autentica.

**Il gruppo d'incontro sarà condotto da Sergio Hribar e Giulia Tonello (psicoterapeuti Gestalt). Continueremo a lavorare sulla presenza di sé, l'ascolto profondo, la scoperta della maschera abituale, la ricerca del proprio bambino interiore, della nostra "essenza" attraverso il movimento spontaneo, la messa in scena eventuale di problematiche, la comunicazione chiara e responsabile. Consigliamo di venire con indumenti comodi (tuta, calze antiscivolo e materassino).**

**Per dare continuità al gruppo stesso proponiamo un ciclo di 4/5 incontri che si faranno a gennaio febbraio e marzo sempre al sabato mattina, per chi si iscrive entro dicembre al ciclo intero offriamo un incontro gratuito, rimane comunque necessario essere iscritti a Genitori in Cammino (20 euro)**

Per qualsiasi richiesta d'informazioni ulteriori potete chiamare **Sergio 340 1139678** oppure **Giulia 333 4672024**. Vi aspettiamo anche per farci gli auguri di Natale!

**Vi chiediamo comunque di avvisarci via sms o whatsapp per conoscere il numero dei partecipanti per sabato 22 ed organizzare la sala adeguatamente.**