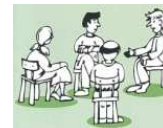




*“Non Più Soli”*  
per la salute mentale  
Associazione di volontariato

**CSV**  
**TERRE ESTENSI** odv  
Centro di Servizio per il Volontariato di Ferrara e Modena

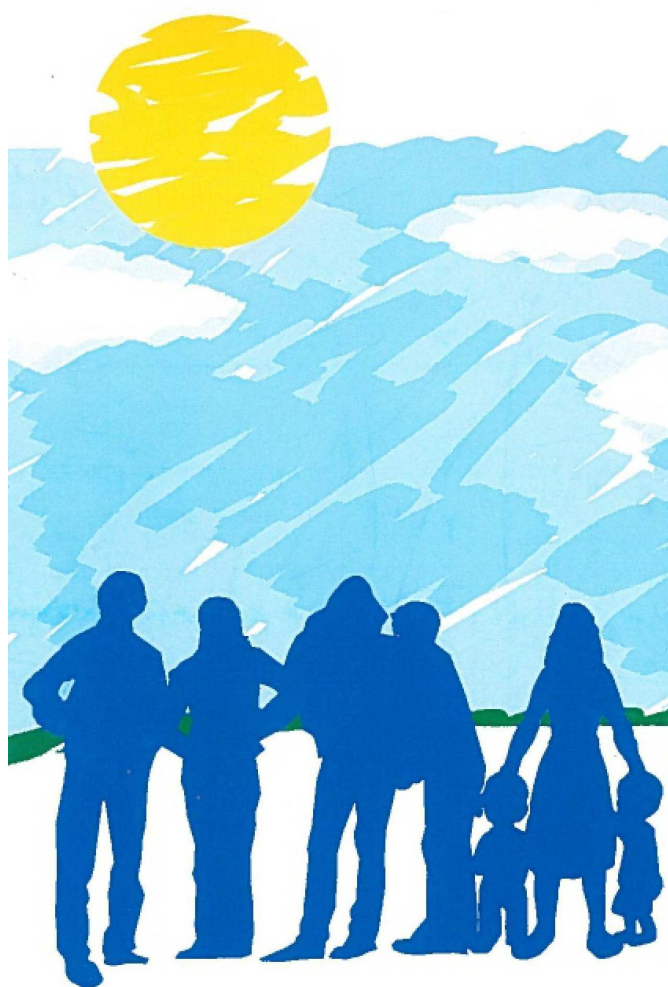


## LABORATORI “VIAGGIO IN NOI STESSI COL DESIDERIO DI IMPARARE”

# “STILI DI PENSIERO NELLE CRISI”

Riscoprire la coerenza e le alternative per cambiare

Marzo - Ottobre 2023 – Anno Dodicesimo



FERRARA

COPPARO

### Ambiguità in noi stessi

GIOVEDÌ 9 MARZO

SABATO 4 MARZO

### Emozioni, impulsi Automatici

GIOVEDÌ 23 MARZO

SABATO 18 MARZO

### Cuore come avviso. Empatia

GIOVEDÌ 30 MARZO

SABATO 1 APRILE

### Pensiero giudicante chiuso-sicuro

GIOVEDÌ 6 APRILE

SABATO 17 APRILE

### Deformazioni dei Significati

GIOVEDÌ 20 APRILE

SABATO 29 APRILE

### Immagine e Valore di Sé Stessi

GIOVEDÌ 4 MAGGIO

SABATO 13 MAGGIO

### Pensiero Riflessivo aperto

GIOVEDÌ 18 MAGGIO

SABATO 27 MAGGIO

### Sofferenze emotive, Dialogo interno

GIOVEDÌ 1 GIUGNO

SABATO 10 GIUGNO

### Significati, punti di vista, scelte

GIOVEDÌ 21 SETTEMBRE

SABATO 23 SETTEMBRE

### Valori universali per agire nelle crisi

GIOVEDÌ 5 OTTOBRE

SABATO 7 OTTOBRE

#### QUANDO E DOVE:

**Giovedì** ore 16.00 -18.00

Casa del Volontariato  
Via Ravenna 52 - Ferrara

**Sabato** ore 15.30-17.30

Palazzo Zardi  
Via Garibaldi 104 - Copparo



**“Non Più Soli”**  
per la salute mentale  
Associazione di volontariato

**CSV**  
**TERRE ESTENSI** odv  
Centro di Servizio per il Volontariato di Ferrara e Modena



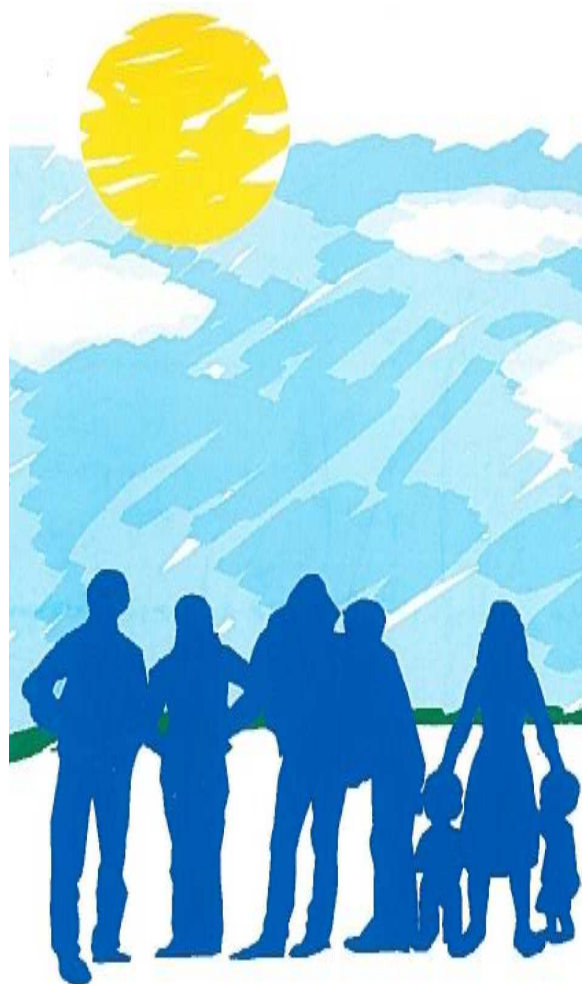
**SELF-ESTEEM-OPEN-LAB**  
**LABORATORI SULL’AUTO-STIMA**

**GIOVEDÌ 20 APRILE | ORE 18-20**

**GIOVEDÌ 4 MAGGIO | ORE 18-20**

**Agli iscritti verrà distribuita la “GUIDA alle  
Mappe e ai Linguaggi del pensiero”**

**I Laboratori saranno facilitati dal Dott. Giovanni  
Ruviero, medico psichiatra psicoterapeuta**



**La partecipazione è gratuita**

**Iscrizioni: tel. 389 6370828**

**[g.ruviero@libero.it](mailto:g.ruviero@libero.it)**