Lèggere emozioni

[muovere fuori]

Un ciclo di tre incontri di **psicoeducazione alle emozioni** tra psicologia e letteratura

e-mo-zió-ne: dal latino emovēre, composto da ex- ("fuori")
e movēre ("muovere"), letteralmente “muovere fuori”, "portare fuori".
Etimologicamente, indica una forza che spinge all'azione,
fungendo da risposta immediata a stimoli interni o esterni.

21 nov **Paura, ansia e stress**
Dalla savana al mondo Onlife

28 nov **Rabbia e assertività**
Dialoghi di rabbia:
verso una comunicazione assertiva

13 dic **Amore ed empatia**
Voci del verbo amare: essere relazione

17:00 - 18:30
Biblioteca Malatestiana, Cesena

Ingresso libero



Incontri condotti da *Angela Sole Rega, Bianca Aguzzoni, Camilla Incerti Vezzani, Chiara Monti, Davide Ferracciolo, Erika Bordellini, Ilaria Trovato, Sara Turci*

Progetto a cura di *Psychohub APS*
realizzato con il finanziamento
del Centro per il libro e la lettura.

Comune di Cesena

BIBLIOTECA MALATESTIANA Memory of the World

CENTRO PER IL LIBRO E LA LETTURA

CITTÀ CHE LEGGE