Alessandra Giovanelli
consulente e mediatrice familiare

HALLIN
UN LUOGO TANTE SOLUZIONI
www.hallinsolutions.com

**Convivere con gli altri è un'arte
la cui difficoltà è superata soltanto
da quella di convivere con sé stessi.**
- Mario Andrea Rigoni

Relazioni in equilibrio

**La nostra vita è fatta di relazioni, prima di tutto con noi stessi,
poi con gli altri e con il mondo.**

**Non sempre è facile rapportarsi con se stessi e gli altri,
mantenendo un buon equilibrio che consenta uno spazio vitale sereno e positivo.**

Attraverso un percorso di riflessione e di scambio cercheremo di apprendere strumenti utili a creare e mantenere buone relazioni, familiari, amicali e sociali.

- **Ho pochi amici... ho troppi amici:** la quantità o la qualità delle relazioni?
- **Mi fido di te:** costruire la "giusta fiducia" nelle relazioni
- **Le relazioni obbligate:** i legami che non possiamo scegliere (genitori, parenti, colleghi, etc.)
- **La parte oscura delle relazioni:** invidia, competizione, conflitto, come gestirli e/o evitarli

Calendario degli incontri:

Lunedì 14 ottobre	ore 18.00-19.45
Lunedì 28 ottobre	ore 18.00-19.45
Lunedì 11 novembre	ore 18.00-19.45
lunedì 25 novembre	ore 18.00-19-45

Perché partecipare?

- Per fermarsi e riflettere su ciò che davvero desideriamo
- Per avere maggior consapevolezza di sé
- Per vivere con pienezza la nostra vita
- Perché farlo insieme ci permette di non sentirci soli e ognuno di noi diventa risorsa e scoperta per l'altro

Destinatari:

tutti coloro interessati al tema

Il lavoro di gruppo sarà condotto da Alessandra Giovanelli, pedagogista, consulente e mediatrice familiare.

Ogni incontro ha un costo di 30 euro a partecipante.
Per chi si iscrive all'intero percorso il costo complessivo è di 100 euro

Info e iscrizioni: **335.5237075** (anche whatsapp) allegio@libero.it www.alessandragiovanelli.it