

cambiare prospettive

CORSI & ATTIVITA' 2014-15

UISP
sportpertutti
Comitato di Parma

LABORATORIO DI TEATROTERAPIA

“ESSERE AL CENTRO!”

Gli incontri sono rivolti a chi desidera attivare la propria resilienza sperimentando nuove modalità espressive

Dal 7 Febbraio 2015 al 28 Marzo 2015

Tutti i Sabati dalle 15 alle 17

Risvegliare la fiducia
in se stessi

Scoprire le qualità della propria
resilienza, con forza, elasticità
e prontezza di riflessi

io

Trovare il proprio
centro attraverso autostima,
amore, accettazione di sé

Ricerca modi nuovi per
gestire le proprie emozioni

La teatroterapia è una disciplina
orientata a promuovere l'integrazione psicofisica, emotiva
e relazionale dell'individuo sviluppando e migliorando,
attraverso il lavoro di gruppo, la qualità della vita.

Ci si ascolta e conosce attraverso ciò che il corpo invia come messaggio.
Si sperimenta la possibilità di migliorare il rapporto con noi e con gli altri.

La resilienza è caratterizzata dalla flessibilità, che è arrendevolezza, adattabilità,
prontezza nell'afferrare e nell'adeguarsi alle situazioni. Si può dire che è la continua
ricerca di condizioni tali da garantire la possibilità di piegarsi senza spezzarsi.

UISP COMITATO DI PARMA
Unione Italiana Sport Per Tutti
Via Testi, 2 - CAP 43122 Parma
Tel: 0521-707411 Fax: 0521-707420

Lunedì: mattina chiuso - pomeriggio 15.00/18.00
Martedì: mattina 8.30/13.00 - pomeriggio 15.00/18.00
Mercoledì: mattina 8.30/13.00 - pomeriggio 15.00/18.00
Giovedì: mattina 8.30/13.00 - pomeriggio chiuso
Venerdì: mattina 8.30/13.00 - pomeriggio 15.00/18.00

Informazioni

Laboratorio di 8 incontri per adulti

Info: 338.1228122 (Cristina)

Tutti i sabati dalle 15 alle 17

Dal 7 febbraio 2015 al 28 marzo 2015

Presso Palestra Moving in via Brozzi, Parma

costo € 150.00 + tessera UISP