

ASSOCIAZIONE CULTURALE

NOVA ARTE

sede "CASA ARZINI"
via Martiri della Libertà n.° 60 TREBASELEGHE



CORSO DI PITTURA



**Dal 7 febbraio 2018
al 26 aprile 2018**

**mercoledì (corso base)
dalle ore 20.30
alle ore 23.00
12 lezioni**

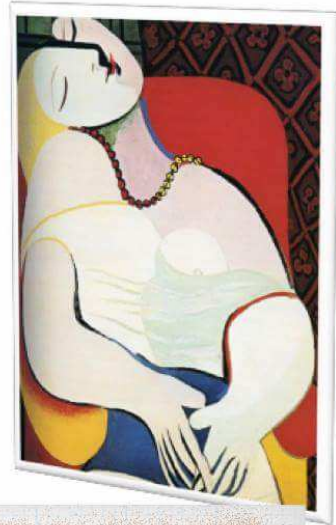
**giovedì (corso avanzato)
dalle ore 20.30
alle ore 23.00
12 lezioni**

**Il corso si svolgerà presso CASA ARZINI
via Martiri della Libertà, 60
Trebaseleghe (Pd)**

ASSOCIAZIONE CULTURALE

NOVA RTE

sede "CASA ARZINI"
via Martiri della Libertà n.° 60 TREBASELEGHE



LE EMOZIONI



Tutti i martedì, dalle ore 20.30 alle ore 22.30
5 incontri

dal 13 febbraio al 13 marzo 2018

Presso CASA ARZINI, Via Martiri della Libertà, 60
Trebaseleghe (Pd)

Per info e prenotazioni 348 8424173

Associazione culturale NOVARTE via L.Da Vinci, 4 TREBASELEGHE
tel. 348 8424173 mail: novarte.stella@libero.it

EMOZIONI : ISTRUZIONI PER L'USO

Che ruolo hanno le emozioni nella nostra vita?

Spesso ci sentiamo "in balia delle emozioni", "trasportati dalla rabbia", "in preda all'ansia"...

La nostra cultura sociale preferisce infatti valorizzare la razionalità lasciando la gestione delle emozioni e dei sentimenti al singolo e alla sua intuizione. Ma il benessere e la crescita personale non possono fare a meno del mondo emotivo, che trascurato crea disagio e difficoltà. Il corso vuole approfondire proprio questo aspetto. Infatti conoscere le emozioni e il loro significato ci

emozioni e il loro significato ci permette di viverle serenamente, migliorando la qualità della nostra vita e delle nostre relazioni.

Argomenti:

- Cosa sono le emozioni e che ruolo svolgono nelle nostre vite
- La paura, l'ansia, l'angoscia
- La rabbia
- La tristezza
- Il senso di colpa, il rimorso, il rimpianto
- La gelosia e l'invidia
- La vergogna
- La felicità, la gioia, la serenità

Modalità:

La modalità è teorico-pratica e parte della creazione di un clima di gruppo accogliente, rispettoso e protettivo. In tale clima di gruppo il percorso di conoscenza delle emozioni vedrà, accanto ad una spiegazione teorica, una parte pratica esperienziale.

LE EMOZIONI

