



METAMORFOSI FEMMINILI

Laboratorio Creativo Sui Cambiamenti

La vita ci offre momenti di passaggio e di trasformazione esistenziale. Alcuni vengono celebrati, altri rimangono misconosciuti, altri ancora sono in attesa di venire alla luce. Il percorso è di gruppo ed è pensato come laboratorio. Si articola attraverso dieci incontri. Ogni incontro sarà dedicato ad una tematica trasformativa che verrà esplorata dalle partecipanti attraverso tecniche espressive. Gli incontri sono tenuti da Elena Bruno, psicologa psicoterapeuta.

GIORNI E ORARIO: martedì (quindicinale) 18.30-20.00
DATA DI INIZIO: 7 ottobre 2014
COSTI: contributo annuale di € 15 per l'utilizzo del locale
CONTATTI PER ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI:
338/4752747 - spaziadonne@cascinaroccafranca.it



INVECCHIARE CON SUCCESSO

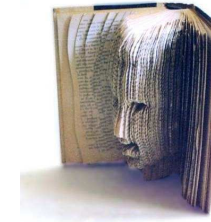
L'obiettivo del laboratorio è di discutere insieme sui problemi dell'invecchiamento e sulla possibilità di prevenirli o di affrontarli nel migliore dei modi, nell'intento di fare anche di questa un'età serena e produttiva.

Ecco alcuni dei tanti argomenti che si potranno esaminare:

- vivere è uguale a invecchiare;
- il modo, molto variabile, in cui sono viste la vecchiaia e la morte;
- la forte negazione/rimozione della vecchiaia e della morte nella nostra società;
- importanza delle relazioni familiari e sociali;
- e soprattutto, l'invecchiare con successo!

Gli incontri sono tenuti da Patrizia Lattanzi, psicologa

GIORNI E ORARIO: mercoledì (quindicinale) 18.00-19.30
DATA DI INIZIO: 8 ottobre 2014
COSTI: contributo annuale di €15 per l'utilizzo dei locali
CONTATTI PER ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI:
328/0438940 - spaziadonne@cascinaroccafranca.it



NOI, IL NOSTRO CORPO E IL NOSTRO SÉ

Laboratorio scrittura

Si propone di dar vita a un gruppo che lavori sulla scrittura a partire dal confronto tra le partecipanti e dal confronto di ciascuna con la propria interiorità in quanto donna. Tra i temi che si potranno trattare: essere donna; racconto la mia storia; il rapporto con il corpo; le mie emozioni; il maschile fuori e dentro di noi; l'amore e la sua poesia; essere madri e figlie; la famiglia ... o altro che man mano emergerà dal gruppo. L'attività sarà tenuta da Mara Fabbri, professoressa.

GIORNI E ORARIO: mercoledì (quindicinale) 18.00-19.30
DATA DI INIZIO: 1 ottobre 2014
COSTI: contributo annuale di € 15 per l'utilizzo del locale
CONTATTI PER ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI:
333/9673319 - spaziadonne@cascinaroccafranca.it



PENSIERO POSITIVO

Guardare la realtà con gli occhi della mente, vedendone soprattutto gli aspetti positivi, per analizzare gli avvenimenti, individuandone gli aspetti positivi, e per migliorare il nostro benessere esistenziale.

Metodologia:

- utilizzo di un testo specifico con esercizi di problem solving che verrà proposto a inizio attività
 - scrittura autobiografica su particolari momenti della vita: riflessione sul vissuto e sulle possibili soluzioni alternative che avrebbero potuto essere attivate per affrontare la situazione problematica
 - condivisione con il gruppo delle esperienze e delle produzioni scritte.
- L'attività è tenuta da Rosanna Buttigliero, psicopedagogista

GIORNI E ORARIO: venerdì (quindicinale) 18.00-19.30
DATA DI INIZIO: 10 ottobre 2014
COSTI: contributo annuale di € 15 per l'utilizzo del locale
CONTATTI PER ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI:
320/4462880 - spaziadonne@cascinaroccafranca.it

Lo Spazio Donne si propone come un punto di riferimento per le donne del quartiere e non solo. Uno spazio dove riflettere e promuovere solidarietà e cultura sulle questioni di genere e sulla realtà che oggi vivono le donne.

È un luogo dove noi donne possiamo incontrarci, confrontarci e aiutarci, esprimendo una socialità aperta e attenta ai problemi ed alle sfide che la vita ci pone.

Le altre attività all'interno dello Spazio:

- Biblioteca delle Donne
- Donne, Scienza e Tecnologia, un rapporto da approfondire
- Spazio Accoglienza
- Atelier espressivi
- Incontri, eventi, seminari e momenti di approfondimento

VI ASPETTIAMO!!!

INFO

Lo Spazio Donne si trova all'interno della Cascina Roccafranca.

e-mail: spaziodonne@cascinaroccafranca.it

La Cascina Roccafranca è aperta dal lunedì al venerdì dalle 9,00 alle 23,00 e il sabato dalle 9,00 alle 18,00.

Tel. 011/4436250

www.cascinaroccafranca.it

Spazio Donne Cascina Roccafranca



Corsi e laboratori

2014/2015

Tutti gli incontri si tengono presso Spazio Donne,
Cascina Roccafranca,
Via Rubino 45, Torino

