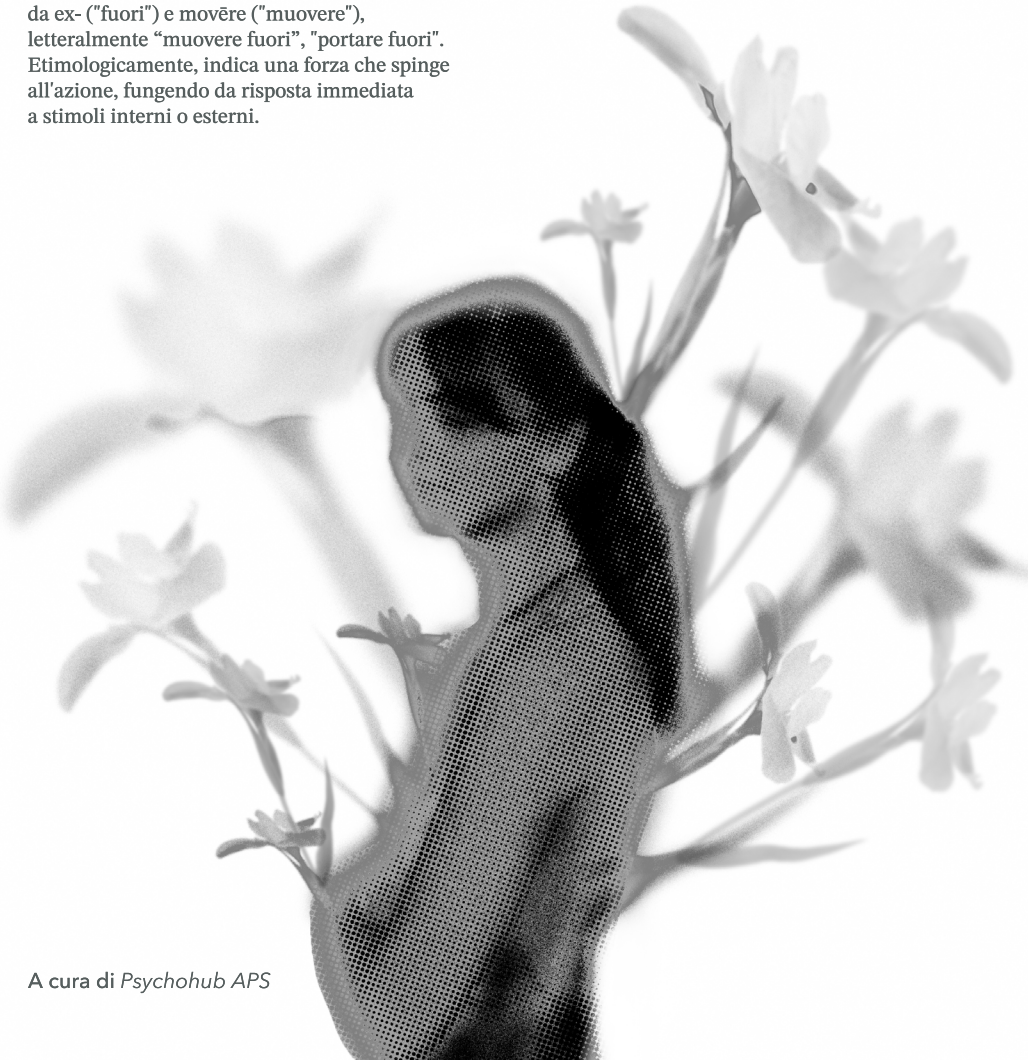
Lèggere emozioni

[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.



A cura di *Psychohub APS*

Sabato
21 Novembre

Paura, ansia e stress

Dalla savana al mondo Onlife

Bianca Aguzzoni, Chiara Monti, Erika Bodellini, Sara Turci

17:00 - 18:30 presso la **Biblioteca Malatestiana di Cesena**

Sabato
28 Novembre

Rabbia e assertività

Dialoghi di rabbia: verso una comunicazione assertiva

Bianca Aguzzoni, Camilla Incerti Vezzani, Davide Ferracciolo, Ilaria Trovato

17:00 - 18:30 presso la **Biblioteca Malatestiana di Cesena**

Domenica
13 Dicembre

Amore ed empatia

Voci del verbo amare: essere relazione

Angela Sole Rega, Bianca Aguzzoni

17:00 - 18:30 presso la **Biblioteca Malatestiana di Cesena**

Ingresso libero
Info: **psychohub.community@gmail.com**

Progetto a cura di *Psychohub APS*,
Associazione di psicologhe e psicologi nata con l'obiettivo di diffondere la cultura
e le conoscenze psicologiche e di promuovere il benessere biopsicosociale
attraverso attività di formazione, sensibilizzazione ed educazione.
Progetto realizzato con il finanziamento del Centro per il libro e la lettura.