

Metodologia

La metodologia di lavoro è dinamica: ogni donna sarà stimolata con tenerezza a metterci del proprio per arricchire se stessa ed il Gruppo.

Conduzione

Dott.ssa Alessia Rizzo, Psicologa e Psicoterapeuta, Esperta nella Conduzione e Formazione in piccoli e grandi Gruppi.

Lunedì 14 Novembre 2016 (ore 17.30)

INCONTRO DI PRESENTAZIONE - SALA BASQUIAT

Calendario degli incontri:

Lunedì 28 Novembre 2016

Lunedì 05 Dicembre 2016

Lunedì 12 Dicembre 2016

Lunedì 19 Dicembre 2016

Lunedì 09 Gennaio 2017

Lunedì 23 Gennaio 2017

Lunedì 30 Gennaio 2017

Lunedì 13 Febbraio 2017

Sede incontri: Sala Basquiat

(Barchesse di Palazzo Fogazzaro)

dalle ore **17,30** alle ore **19,30**

Per partecipare è necessario iscriversi presso lo Sportello Donna, negli orari di apertura, a partire da martedì 15 novembre. Il numero dei posti è limitato per facilitare il confronto tra le partecipanti.

Per informazioni ed iscrizioni

**CENTRO ANTIVIOLENZA
SPORTELLO DONNA
"M.G. Cutuli" di Schio**

Via Pasini 27- SCHIO

ORARI

LUNEDI' 17.00 – 20.00
su appuntamento

MARTEDI' 9.30 – 12.00

MERCOLEDI' 9.30 – 12.00
15,30 - 18,00
su appuntamento

GIOVEDI' 9.30 – 12.00
su appuntamento

VENERDI' 9.30 – 12.00

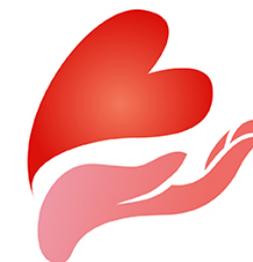
**Tel. 0445 69.13.91 – Fax 0445 69.14.16
e-mail: sportello.donna@comune.schio.vi.it**



Città di Schio



SPORTELLO DONNA SCHIO



**AUTOSTIMA
ED
ASSERTIVITÀ AL FEMMINILE**

**Ascoltare ed amare
il proprio Essere Donna
e saperlo valorizzare!**

**SCHIO
Novembre 2016
Febbraio 2017**



Progetto finanziato
dalla Regione Veneto
DGR n° 1497/2015

**A chi è rivolto?
Donne adulte (dai 24 anni in su).**

Perchè partecipare? Per..

- Conoscere e vivere il Ben-Essere interiore e portarlo con sé ovunque.
- Sperimentare l'energia vitale delle Donne messe insieme con-tatto.
- Per imparare un' alternativa!
- Poter affrontare le "cose serie" con il buon umore!

Che cosa faremo?

- Ci ascolteremo nelle nostre fragilità senza pregiudizio e con spirito di condivisione al femminile.
- Narreremo la nostra storia con occhi nuovi, fiducia e possibilità di cambiamento.
- Accoglieremo le delusioni vissute e le renderemo punti di forza per il futuro.
- Impareremo ad amarci belle ed imperfette come siamo!
- Scopriremo che vivere al Femminile ha vantaggi e potenzialità innati.
- Sperimenteremo un Gruppo in assenza di giudizio ed in pienezza di tenerezza reciproca!

Da dove si parte?

"Sono un peso per me stessa
sono un vuoto a perdere
Sono diventata grande senza neanche accorgermene
e ora sono qui che guardo
che mi guardo crescere
la mia cellulite le mie nuove
consapevolezze, consapevolzze
Quanto tempo che è passato
senza che me ne accorgessi
quanti giorni sono stati
sono stati quasi eterni
quanta vita che ho vissuto inconsapevolmente

quanta vita che ho buttato

che ho buttato via per niente, che ho buttato via per niente

Sai ti dirò come mai
giro ancora per strada
vado a fare la spesa
ma non mi fermo più
a cercare qualcosa
qualche cosa di più
che alla fine poi ti tocca di pagare..."

Vuoto a perdere, Noemi, 2011

Dove si arriverà?

"Ci sono donne...
E poi ci sono le Donne Donne...
E quelle non devi provare a capirle,
perchè sarebbe una battaglia persa in partenza.
Le devi prendere e basta.
Devi prenderle e baciarle, e non devi dare loro il tempo di pensare.
Devi spazzare via con un abbraccio
che toglie il fiato, quelle paure che ti sapranno confidare
una volta sola, una soltanto.
A bassa, bassissima voce.
Perchè si vergognano delle proprie debolezze e, dopo averle raccontate,
si tormentano in una agonia lenta e silenziosa
al pensiero che, scoprendo il fianco, e mostrandosi umane
e fragili e bisognose per un piccolo fottutissimo attimo,
vedranno le tue spalle voltarsi ed i tuoi passi allontanarsi. Perciò prendile e amale.
Amale vestite, che a spogliarsi son brave tutte.
Amale indifese e senza trucco,
perchè non sai quanto gli occhi di una donna possono trovare scudo dietro un velo di mascara.
Amale addormentate, un po' ammaccate
quando il sonno le stropiccia.
Amale sapendo che non ne hanno bisogno:
sanno bastare a se stesse.
Ma appunto per questo, sapranno amare te come nessuna prima di loro."