



al **“Laboratorio di Quartiere”**
in Via Mogadiscio, 47 rosso – GENOVA
(vicino Scuola Andersen)

Mercoledì 20 gennaio 2016
alle ore 17.30

2° Incontro sul tema **“Stare bene, una questione di equilibrio ... corpo, mente, spirito”**

“VIVERE LE EMOZIONI”

a cura della Dr. Karen Marcante, psicoterapeuta

Non ci sono emozioni positive e negative, sono tutte musica della vita.

Possono però anche essere fonte di tanti nostri guai. Per questo è importante provare a capire da dove vengano, in modo da renderle riconoscibili, nominabili, contenibili e vivibili.

Se per Cartesio appartenevano “all'esprit des bêtes”, allo spirito degli animali, è con Darwin che le emozioni si ancorano alla biologia e acquistano un significato adattativo: servono cioè a comunicare “qualcosa”.

*Oggi sono diventate molto di più, paradossalmente in un'epoca dominata dalle tecnologie, che così poco spazio consentono all'espressione dei sentimenti, **vivere le emozioni** significa recuperare l'importanza della relazione, decisiva per la loro vitalità.*



Incontro aperto a tutti, a partecipazione libera e gratuita.



**Associazione
Il Leccio
Onlus**

Per informazioni e adesioni:

- al laboratorio di quartiere, martedì e giovedì, 17.30 - 19.30;
- telefonicamente, nei suddetti orari, al n. 010 9416717;
- tutti i giorni, dopo le ore 16.30 al cell. 333 8889883;
- per e-mail all'indirizzo segreteria@associazioneilleccio.it