



ASSOGEVI ONLUS
ASSOCIAZIONE GENERAZIONI VICINE



In collaborazione
con:



Con il
Patrocinio di:



Ordine degli Psicologi
del Veneto



ULSS 6
Vicenza



MIUR
Ufficio Scolastico
di Vicenza



Associazione Gemme



Lega Italiana contro i Disturbi d'ansia
da Agorafobia e da attacchi di Panico

StarBene

Benessere e Psicologia

MARZO 2015

*Un mese di incontri e consulenze gratuiti
per invitare il cittadino a prendersi cura di sé.*

L'iniziativa prevede, inoltre, la possibilità di usufruire del servizio di consulenza gratuita contattando direttamente uno dei professionisti del prospetto di seguito riportato:

<i>Nominativo e titolo di specializzazione</i>	<i>Riceve presso lo studio in</i>	<i>Contatti</i>
Tiziana Dott.ssa Caneva <i>Psicologa-Psicoterapeuta</i>	Viale Verdi n°4 Vicenza	tiziana.caneva@ordinepsicologiveneto.it 392.1634449
Viviana Dott.ssa Casarotto <i>Psicologa-Psicoterapeuta</i>	Viale Verdi n°4 Vicenza	viviana.casarotto@gmail.com 328.4350660
Franca Dott.ssa Fontana <i>Psicologa-Psicoterapeuta</i>	Viale Verdi n°4 Vicenza	franca.fontana@ordinepsicologiveneto.it 347.6981629
Andrea Dott. Maddalena <i>Psicologo-Psicoterapeuta</i>	Via Cattaneo n° 21 Vicenza	andrea.maddalena.mail@gmail.com 333.3365965
Monica Dott.ssa Marinotto <i>Psicologa</i>	Via Cattaneo n° 21 Vicenza	monica.marinotto@gmail.com 347.1521686
Elena Dott.ssa Pessato <i>Psicologa-Psicoterapeuta</i>	Via Cattaneo n° 21 Vicenza	elena_pessato@libero.it 340.2537399
Stefano Dott. Pattaro <i>Psicologo-Psicoterapeuta</i>	Via Cattaneo n° 21 Vicenza	psypattaro@gmail.com 328.8469234
Maria Dott.ssa Stocchiero <i>Psicologa-Psicoterapeuta</i>	Viale San Lazzaro n° 21 Vicenza	mar.sto@virgilio.it 0444.506513
Manuela Dott.ssa Zorzi <i>Psicologa</i>	Via Cattaneo n° 21 Vicenza	manuzorzi@gmail.com 347.5755353
Lorenzo Dott. Zuccotti <i>Psicologo-Psicoterapeuta</i>	Via Cattaneo n° 21 Vicenza	lorenzo.zuccotti@gmail.com 347.9185950

Data / Orario	Sede	Titolo Seminario	Relatore
Lun 02/03/15 ore 20.30-22.30*	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Respirando benessere* <i>Il rebirthing prenatale è una tecnica basata sull'utilizzo del respiro che permette di allentare le tensioni fisiche e psichiche favorendo una sensazione di rigenerazione, benessere e rilassamento. La serata avrà un taglio pratico ed esperienziale, con l'obiettivo di far sperimentare ai partecipanti questa tecnica.</i>	Monica Dott.ssa Marinotto monica.marinotto@gmail.com / 347.1521686
Mer 04/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La depressione femminile... tra mito e realtà <i>La tristezza nella donna, spesso, origina da cause diverse da quella maschile... Coglierne i segni premonitori per preparare il cambiamento...</i>	Maria Dott.ssa Stocchiero mar.sto@virgilio.it / 0444 506513
Gio 05/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 7 Vicenza, Via Rismondo 2	Il metodo di studio <i>Studiare meglio per imparare di più.</i>	Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologiveneto.it
Ven 06/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La famiglia adolescente <i>L'adolescenza di un membro della famiglia mette a dura prova la sua capacità di adattamento. I genitori hanno bisogno di tempo e di condivisione per superare le vecchie abitudini e trovare nuovi modi di comunicare.</i>	Andrea Dott. Maddalena andrea.maddalena.mail@gmail.com 333.3365965
Sab 07/03/15 ore 9.00 - 12.00*	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La danza della rabbia* <i>Perché ci arrabbiamo? Il seminario cercherà di svelare i meccanismi che ci portano ad agire con aggressività nelle relazioni.</i>	Maria Dott.ssa Stocchiero mar.sto@virgilio.it / 0444 506513
Lun 09/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Educare all'ottimismo <i>Il pensiero positivo come sfida educativa in un momento in cui si parla dei figli con attenzione alla fatica e al sacrificio, piuttosto che alla gioia e alla soddisfazione.</i>	Manuela Dott.ssa Zorzi manuzorzi@gmail.com / 347.5755353
Mer 11/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La guerra ad oltranza: l'exasperazione della separazione <i>Come "separare" la coniugalità dalla genitorialità.</i>	Tiziana Dott.ssa Caneva - 392.1634449 tiziana.caneva@ordinepsicologiveneto.it
Gio 12/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	L'autostima di mio figlio <i>Come i genitori possono aiutare la crescita sana ed equilibrata del proprio bambino stimolando positivamente il suo benessere psico-fisico.</i>	Monica Dott.ssa Marinotto monica.marinotto@gmail.com 347.1521686
Ven 13/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Gestire lo stress attraverso il rilassamento: introduzione alle tecniche autogene <i>Come recuperare energie e migliorare il proprio stato psicofisico attraverso le tecniche di rilassamento.</i>	Stefano Dott. Pattaro psypattaro@gmail.com / 328.8469234
Sab 14/03/15 ore 9.00 - 12.00*	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Genitori e adolescenti: comunicazione e benessere* <i>Come migliorare la comunicazione in una fase di cambiamento e di crescita della famiglia.</i>	Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologiveneto.it
Dom 15/03/15 ore 15.00-17.00	Centro Civico 3 - Villa Tacchi, Vicenza, Viale della Pace 87 (giardino). Salone (in caso di maltempo)	Festa della famiglia Ridiamo insieme - sessione di yoga della risata <i>Porta il tuo corpo a ridere e la tua mente lo seguirà. Non rido perché sono felice, ma sono felice perché rido.</i>	Viviana Dott.ssa Casarotto viviana.casarotto@gmail.com / 328.4350660 Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologiveneto.it
Lun 16/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	"Che ne sarà di noi?": la coppia di fronte alla felicità e alla paura del primo figlio <i>Come affrontare l'evento tanto atteso facendo spazio al nuovo nato e trovando un nuovo spazio di coppia.</i>	Elena Dott.ssa Pessato elena_pessato@libero.it / 3402537399
Mer 18/03/15 ore 20.45-22.45	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Ansia: nemica-amica <i>L'ansia è innata nell'uomo. Strumenti utili a riconoscere l'ansia nemica da quella amica.</i>	Lorenzo Dott. Zuccotti lorenzo.zuccotti@gmail.com / 347.9185950
Gio 19/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La mappa non è il territorio. Ascolto e accoglienza per incontrare l'altro in maniera autentica <i>Verso una comunicazione assertiva ed efficace.</i>	Viviana Dott.ssa Casarotto viviana.casarotto@gmail.com / 328.4350660
Ven 20/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La separazione. Come aiutare i propri figli? <i>Il gruppo come opportunità per figli e genitori di vivere meglio la trasformazione della famiglia.</i>	Tiziana Dott.ssa Caneva tiziana.caneva@ordinepsicologiveneto.it 392.1634449
Sab 21/03/15 ore 9.00 - 12.00*	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Alla scoperta del proprio mondo interiore* <i>Come lavorare attivamente sul proprio mondo interiore fatto di bisogni, convinzioni, valori, attese, sentimenti ed emozioni.</i>	Viviana Dott.ssa Casarotto viviana.casarotto@gmail.com / 328.4350660
Lun 23/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Il benessere di chi si prende cura <i>Il caregiver nelle situazioni difficili (Alzheimer, autismo, etc.) Riuscire a gestire i propri spazi di benessere fuori e dentro la famiglia.</i>	Andrea Dott. Maddalena andrea.maddalena.mail@gmail.com 333.3365965
Mar 24/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La gestione dei conflitti in adolescenza <i>Come il mal-essere può trasformarsi in opportunità di crescita.</i>	Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologiveneto.it
Mer 25/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Comunico emotivamente con mio figlio <i>L'intelligenza emotiva offre importanti strumenti per comunicare autenticamente con i propri figli, superando le incomprensioni e promuovendo benessere nella relazione.</i>	Monica Dott.ssa Marinotto monica.marinotto@gmail.com 347.1521686
Gio 26/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Prendiamoci una pausa: i cicli nella vita della donna <i>Come prendersi cura di sé e vivere con pienezza e soddisfazione l'età in cui il corpo femminile, esaurito il ciclo riproduttivo, vive nuove esperienze di libertà e di creatività.</i>	Maria Dott.ssa Stocchiero mar.sto@virgilio.it 0444 506513
Ven 27/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 7 Vicenza, Via Rismondo 2	Yoga della risata per contrastare lo stress <i>Tecnica semplice ma efficace per promuovere ben-essere.</i>	Viviana Dott.ssa Casarotto viviana.casarotto@gmail.com / 328.4350660
Sab 28/03/15 ore 9.00-12.00*	Centro Civico 7 Vicenza, Via Rismondo 2	Mal d'amore: quando l'amore fa soffrire* <i>La fine di una relazione affettiva può essere fonte di grande sofferenza, nel seminario cercheremo di comprendere come dare il giusto spazio al dolore e creare nuove esperienze di amore per la vita.</i>	Maria Dott.ssa Stocchiero mar.sto@virgilio.it 0444 506513
Lun 30/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	La persona al centro: tra sesso e identità <i>L'importanza dell'identità nell'epoca attuale.</i>	Stefano Dott. Pattaro psypattaro@gmail.com / 328.8469234
Mar 31/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	Strumenti per affrontare la crisi <i>Per ripartire ed affrontare le difficoltà trovando nuove energie dentro di sé.</i>	Maria Dott.ssa Stocchiero mar.sto@virgilio.it / 0444 506513