

**Renzo Dott. Zucconi**  
Psicologo-Psicoterapeuta

Via Cattaneo n° 21  
Vicenza  
347.9185950  
lorenzo.zucconi@gmail.com

**Maria Dott. Zorzi**  
Psicologa

Via Cattaneo n° 21  
Vicenza  
347.5755353  
mannuzorzi@gmail.com

**Maria Dott. Stocchiero**  
Psicologa-Psicoterapeuta

Viale San Lazzaro n° 21  
Vicenza  
0444.506513  
mar.sto@virgilio.it

**Stefano Dott. Pattaro**  
Psicologo-Psicoterapeuta

Via Cattaneo n° 21  
Vicenza  
328.8469234  
psypattaro@gmail.com

**Elena Dott. Pessato**  
Psicologa-Psicoterapeuta

Via Cattaneo n° 21  
Vicenza  
340.2537399  
elena\_pessato@libero.it

**Monica Dott. Marinotto**  
Psicologa

Via Cattaneo n° 21  
Vicenza  
347.1521686  
monica.marinotto@gmail.com

**Andrea Dott. Maddalena**  
Psicologo-Psicoterapeuta

Via Cattaneo n° 21  
Vicenza  
333.3365965  
andrea.maddalena.mail@gmail.com

**Franca Dott. Fontana**  
Psicologa-Psicoterapeuta

Viale Verdi n°4  
Vicenza  
347.6981629  
franca.fontana@ordinepsicologiveneto.it

**Viviana Dott. Casarotto**  
Psicologa-Psicoterapeuta

Viale Verdi n°4  
Vicenza  
328.4350660  
viviana.casarotto@gmail.com

**Tiziana Dott. Caneva**  
Psicologa-Psicoterapeuta

Viale Verdi n°4  
Vicenza  
392.1634449  
tiziana.caneva@ordinepsicologiveneto.it

**Nominativo e titolo di specializzazione** Riceve presso lo studio in **Contatti**

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



**ASSOGEVI ONLUS**  
ASSOCIAZIONE GENERAZIONI VICINE



In collaborazione  
con:



Con il  
Patrocinio di:



Ordine degli Psicologi  
del Veneto



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.

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	<b>Respirando benessere*</b> Il retraining 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.	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	<b>La depressione femminile... tra mito e realtà</b> La tristezza nella donna, spesso, origina da cause diverse da quella maschile... Coglierne i segni premonitori per preparare il cambiamento...	Marta Dott.ssa Stocchiero marsio@virgilio.it / 0444 506513
Gio 05/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 7 Vicenza, Via Rissmondo 2	<b>Il metodo di studio</b> Studiare meglio per imparare di più.	Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologivenceno.it
Ven 06/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>La famiglia adolescente</b> 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.	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	<b>La danza della rabbia*</b> Perché ci arrabbiamo? Il seminario cercherà di svelare i meccanismi che ci portano ad agire con aggressività nelle relazioni.	Marta Dott.ssa Stocchiero marsio@virgilio.it / 0444 506513
Lun 09/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>Educare all'ottimismo</b> 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.	Manuela Dott.ssa Zorzi manuzorzzi@gmail.com / 347.575533
Mer 11/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>La guerra ad oltranza: l'esperazione della separazione</b> Come "separare" la coniugalia dalla genitorialità.	Tiziana Dott.ssa Caneva - 392.1634449 tiziana.caneva@ordinepsicologivenceno.it
Gio 12/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>L'autostima di mio figlio</b> Come i genitori possono aiutare la crescita sana ed equilibrata del proprio bambino stimolando positivamente il suo benessere psico-fisico.	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	<b>Gestire lo stress attraverso il rilassamento: introduzione alle tecniche autogene</b> Come recuperare energie e migliorare il proprio stato psicofisico attraverso le tecniche di rilassamento.	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	<b>Genitori e adolescenti: comunicazione e benessere*</b> Come migliorare la comunicazione in una fase di cambiamento e di crescita della famiglia.	Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologivenceno.it
Dom 15/03/15 ore 15.00-17.00	Centro Civico 3 - Villa Tacchi, Vicenza, Viale della Pace 87 (giardino)	<b>Festa della famiglia</b> Ridiamo insieme - sessione di yoga della risata Porta il tuo corpo a ridere e la tua mente lo seguirà. Non rido perché sono felice, ma sono felice perché rido.	Viviana Dott.ssa Casarotto viviana.casarotto@gmail.com / 328.4350660 franca.fontana@ordinepsicologivenceno.it
Lun 16/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>"Che ne sarà di noi?": la copia di fronte alla felicità e alla paura del primo figlio</b> Come affrontare l'evento tanto atteso facendo spazio al nuovo nato e trovando un nuovo spazio di coppia.	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	<b>Ansia: nemica-amica</b> L'ansia è innata nell'uomo. Strumenti utili a riconoscere l'ansia nemica da quella amica.	Lorenzo Dott. Zucconi lorenzo.zucconi@gmail.com / 347.9185950
Gio 19/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>La mappa non è il territorio. Ascolto e accoglienza per incontrare l'altro in maniera autentica</b> Verso una comunicazione assertiva ed efficace.	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	<b>La separazione. Come aiutare i propri figli?</b> Il gruppo come opportunità per figli e genitori di vivere meglio la trasformazione della famiglia.	Tiziana Dott.ssa Caneva tiziana.caneva@ordinepsicologivenceno.it 392.1634449
Sab 21/03/15 ore 9.00 - 12.00*	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>Alla scoperta del proprio mondo interiore*</b> Come lavorare attivamente sul proprio mondo interiore fatto di bisogni, convinzioni, valori, attese, sentimenti ed emozioni.	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	<b>Il benessere di chi si prende cura</b> Il caregiver nelle situazioni difficili (Alzheimer, autismo, etc.) Risuscitare a gestire i propri spazi di benessere fuori e dentro la famiglia.	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	<b>La gestione dei conflitti in adolescenza</b> Come il mal-essere può trasformarsi in opportunità di crescita.	Franca Dott.ssa Fontana - 347.6981629 franca.fontana@ordinepsicologivenceno.it
Mer 25/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>Comunicare emotivamente con mio figlio</b> L'intelligenza emotiva offre importanti strumenti per comunicare autenticamente con i propri figli, superando le incomprensioni e promuovendo benessere nella relazione.	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	<b>Prediamo la 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.</b>	Marta Dott.ssa Stocchiero marsio@virgilio.it 0444 506513
Ven 27/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 7 Vicenza, Via Rissmondo 2	<b>Yoga della risata per contrastare lo stress</b> Tecnica semplice ma efficace per promuovere ben-essere.	Viviana Dott.ssa Casarotto viviana.casarotto@gmail.com / 328.4350660
Sab 28/03/15 ore 9.00-12.00*	Centro Civico 7 Vicenza, Via Rissmondo 2	<b>Mal d'amore: quando l'amore fa soffrire*</b> 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.	Maria Dott.ssa Stocchiero marsio@virgilio.it 0444 506513
Lun 30/03/15 ore 20.30-22.30	Centro Civico 3 Villa Tacchi / Salone, Vicenza, Viale della Pace 87	<b>La persona al centro: tra sesso e identità</b> L'importanza dell'identità nell'epoca attuale.	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	<b>Strumenti per affrontare la crisi</b> Per ripartire ed affrontare le difficoltà trovando nuove energie dentro di sé.	Marta Dott.ssa Stocchiero marsio@virgilio.it / 0444 506513

\* È necessaria la prenotazione inviando richiesta tramite sms o e-mail direttamente al conduttore del seminario