



CURNO

Referenti: Claudia Innocenti

Informazioni: Biblioteca, Piazza Giovanni XXIII tel. 035.603009

Iscrizioni e informazioni: SPI CGIL, via De Amicis 5, tel. 035.3594775

Modulo n° **151**

LA SOLITUDINE E I SUOI VOLTI

Docente	Giovanna Ramona Vespasiano
Giorno	Mercoledì
Orario	9.00 – 11.15
Periodo	Dal 26.1.2022 al 16.3.2022 (8 incontri, € 32)
Sede	Centro Polifunzionale per la terza età
Argomento	Psicologia (Minimo 15 - massimo 28 iscritti)
Presentazione	<i>La solitudine è una delle esperienze umane più potenti: tutti, almeno una volta, ci siamo sentiti soli. È un'esperienza che sentiamo nel corpo, nel cuore e nella mente e può assumere significati molto diversi a seconda delle persone e delle fasi della vita: può essere il risultato di un mondo ostile, che ci taglia fuori, con cui non riusciamo a entrare in contatto; oppure un momento di auto-conoscenza, riflessione e serenità. Durante questo corso sarà possibile riflettere con i partecipanti su questa emozione, tanto personale quanto universale, e su alcune delle sue tante facce.</i>

Calendario

- 1 26.01.2022 Presentazione del corso nei suoi contenuti e obiettivi
- 2 02.02.2022 "Che cos'è la solitudine"
- 3 09.02.2022 La solitudine e le età della vita
- 4 16.02.2022 "Sentirsi soli"
- 5 23.02.2022 "Stare soli"
- 6 02.03.2022 Come affrontare la solitudine e trarne beneficio
- 7 09.03.2022 Racconti di vita e discussione
- 8 15.03.2022 Racconti di vita e ricapitolazione