

## Scheda sintetica

Titolo dell'aggiornamento	<b>Laboratorio di Scritture Creative. “Il Piacere di Raccontarsi”</b>
Ente erogante	Centro Sarvas
Durata espressa in ore	16 ore
Date e orari di svolgimento	Dalle 18 alle 20. Calendario degli incontri: 3 Ottobre 10 Ottobre 17 Ottobre 24 Ottobre 31 Ottobre 7 Novembre 14 Novembre 21 Novembre
Sede di svolgimento	Teatro del Baraccano, Via del Baraccano,2 Bologna
Costi onnicomprensivi a carico del discente	200 euro
Programma dettagliato	<p><b>Chi nella vita si è trovato in una situazione di stress o difficoltà sa bene che esprimere le proprie emozioni aiuta subito a stare meglio e a superare un momento difficile.</b></p> <p>Quante volte avremmo voluto esprimere un'emozione o un'opinione, ma non l'abbiamo fatto, perché sentivamo la testa attanagliata dalla paura di essere giudicati e siamo rimasti fermi, immobili e rigidi con le nostre parole in gola come un nodulo?</p> <p>In quel momento abbiamo nutrito le nostre paure e svilito la nostra creatività. Con il tempo questa dinamica si è rafforzata al punto da diventare una convinzione.</p> <p><b>Se ci concediamo la possibilità di essere dei principianti e se non ci svalutiamo ricercando la perfezione, che per sua natura è un ideale irraggiungibile, la scrittura può recuperare parti di noi che abbiamo perso per strada o che</b></p>

	<p><b>abbiamo messo a tacere.</b></p> <p>In questo contesto lo scrivere diviene un momento per <b>prendersi cura di sé</b> e delle proprie emozioni, con la certezza che saremo ascoltati e accettati così come siamo.</p> <p>La scrittura creativa che qui si propone è un ottimo strumento da poter inserire in un <b>setting di aiuto</b>, pertanto si rivela efficace per psicologi, psicoterapeuti, counselor, arte terapeuti e per tutti coloro che lavorano nell'ambito dell'aiuto. Essa può rappresentare un'esperienza significativa anche per chi desidera fare <b>un'esplorazione di sé</b> attraverso la scrittura.</p>
A chi si rivolge	Sia a counselor che ad altri professionisti
Numero massimo dei partecipanti	30
Nominativi dei docenti / relatori	<p><b>Annica Cerino</b>, Dott.ssa in Scienze psicologiche, Professional counselor, Arteterapeuta</p> <p><b>Tiziano Fratus</b>, Poeta, scrittore, Tra i suoi volumi si ricordano: <i>Ogni albero è un poeta</i>, Mondadori; <i>I giganti silenziosi</i>, Bompiani; <i>Un quaderno di radici</i>, Feltrinelli</p>
Materiale rilasciato	<input checked="" type="checkbox"/> Attestato <input type="checkbox"/> Certificato <input type="checkbox"/> Diploma <input type="checkbox"/> Altro
Materiale didattico consegnato al discente	Si suggerisce una bibliografia
Contatti per informazioni	<p><a href="http://www.centrosarvas.it">www.centrosarvas.it</a>; <a href="mailto:segreteria@centrosarvas.it">segreteria@centrosarvas.it</a></p> <p><b>0522/697383</b></p>
Procedura di iscrizione	<p>Il costo del Laboratorio di <b>Scritture Creative "Il Piacere di Raccontarsi"</b> è di 200 euro. Per la lezione di presentazione si chiede un contributo di 20 euro.</p> <p>Per iscriversi occorre inviare una mail in cui si conferma la propria partecipazione contestualmente alla ricevuta del bonifico di 20 euro alla segreteria: <a href="mailto:segreteria@centrosarvas.it">segreteria@centrosarvas.it</a></p> <p>Le restanti 180 euro saranno così suddivise: 90 euro prima del 10 Ottobre, e 90 euro prima del 31 Ottobre.</p> <p>Il codice IBAN: IT19S0100512801000000000589</p>
Varie	