



## CENTRO PER LA FAMIGLIA AMBITO MONTE ORFANO



La pensione rappresenta spesso un traguardo a lungo desiderato. Tuttavia, ritrovarsi con molto "tempo libero" può causare difficoltà e determinare un senso di vuoto e smarrimento. La necessità di trovare nuovi equilibri, anche di coppia, complica ulteriormente la situazione. Per affrontare questo passaggio delicato della vita, in un contesto di gruppo e grazie alla Pet Therapy, è possibile partecipare al

# PROGETTO ETA (ESPERIENZA, TEMPO, ASCOLTO)

- ✓ Per **adulti** che stanno vivendo/hanno vissuto il passaggio dalla propria attività lavorativa e/o del proprio/a partner al **pensionamento**
  - ✓ Un percorso di **8 incontri** da due ore circa
  - ✓ Attività finalizzate all'**ascolto** e alla **comunicazione assertiva** dei propri bisogni; **Pet Therapy**
  - ✓ Identificare e gestire i propri **stati emotivi**, sviluppando la capacità di trattare se stessi con gentilezza e compassione; ampliare la rete relazionale
- 📍 **Date incontri:** giovedì 8,15,22,29 maggio; giovedì 5,12,19,26 giugno; h. 10:00

### PARTECIPAZIONE GRATUITA

A PALAZZOLO PRESSO LO SPORTELLO FAMIGLIA AL SECONDO PIANO DEL POLO CULTURALE DI MURA (LUNGO OGLIO CESARE BATTISTI)



IL MAGO DI OZ

Per iscrizioni:  
e-mail a [FAMIGLIA@COMUNE.PALAZZOLOSULLOGLIO.BS.IT](mailto:FAMIGLIA@COMUNE.PALAZZOLOSULLOGLIO.BS.IT)  
oppure messaggio WhatsApp al N. 3208756921  
indicando nome, cognome, età, n. di telefono e indirizzo  
e-mail (facoltativo)