



VIII EDIZIONE

IMPARA A GESTIRE LE TUE EMOZIONI

**CORSO PER SCOPRIRE IL MONDO DELLE EMOZIONI E
APPRENDERE STRATEGIE EFFICACI PER GESTIRLE**

**PSICOLOGA
DOTT.SSA SILVIA CARRARA**



6 LEZIONI:

**1. LE EMOZIONI | 2. L'ANSIA | 3. LA RABBIA |
4. IL GIUDIZIO DEGLI ALTRI | 5. IL SENSO DI COLPA | 6. IL CORAGGIO**

**BIBLIOTECA DI TERNO D'ISOLA
IL MARTEDÌ DAL 24 FEBBRAIO AL 31 MARZO
DALLE 20:30 ALLE 21:30**

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE €60 |
ISCRIZIONI ENTRO IL 17 FEBBRAIO | MASSIMO 20 POSTI |**

INFO E ISCRIZIONI:

- BIBLIOTECA DI TERNO D'ISOLA - 035 4940561 - BIBLIOTECA@COMUNE.TERNODISOLA.BG.IT**
- DOTT.SSA SILVIA CARRARA - 349 3055156 - SILVIA@SILVIACARRARA.IT**