

INCONTRI DI RIFLESSIONE SU
CONSAPEVOLEZZA E ASSERTIVITÀ
PER LE DONNE DEL TERRITORIO



PAROLE
I
MOVIMENTO
N ONLUS



Col patrocinio della Circoscrizione 6

ASCOLTO PER DARE VOCE



Per molte donne **dire la propria opinione**, proporre i propri progetti in famiglia o sul lavoro **può essere una esperienza frustrante**.
Ci si può sentire non ascoltati, rifiutati, fraintesi, osteggiati.

Si può sentire di non essere capaci, di non avere nulla di valore da proporre, e concludere che sia meglio **tacere** oppure sia necessario esprimersi in modo **aggressivo**.

Una **comunicazione assertiva, equilibrata e rispettosa di sè e dell'altro** è una base anche per poter agire nel mondo, pur fra le difficoltà che quotidianamente si affrontano.

MARTEDÌ 19 MARZO, 2 APRILE, 16 APRILE
DALLE 17:00 ALLE 19:00
SALA DELLE COLONNE
CASCINA MARCHESA - CORSO VERCELLI 141

partecipazione gratuita,
iscrizione necessaria,
raccomandata la partecipazione
a tutti gli incontri.

Informazione e iscrizioni
info@paroleinmovimento.org
347 8773383
FB Parole in Movimento