



Salute e  
benessere

## ROBE DA MATTI - PSICOLOGIA PER TUTTI

Campagna d'informazione e prevenzione del disagio psicologico, curata dall'Associazione Psicosfere con il patrocinio del Comune di Casalecchio di Reno, che ha lo scopo di offrire informazioni accurate sulla figura e la professionalità dello psicologo/psicoterapeuta e rendere noti tutti gli ambiti di applicazione della psicologia. L'iniziativa, che si articola in conferenze e incontri pubblici gratuiti, intende facilitare al grande pubblico l'incontro con gli psicologo, per mettere in rete le conoscenze, le persone e le risorse disponibili sul territorio.

L'ottica con cui vengono proposti i contenuti degli incontri è quella della prevenzione psicologica, processo fondamentale per la comunità per aiutare le persone innanzitutto ad essere più informate, aiutandole a cercare la loro realizzazione come individui nei vari contesti di vita: nella coppia, nella famiglia, nella professione e nella società. Il benessere psicologico è infatti costituito da un sufficiente grado di consapevolezza riguardo a se stessi, alle proprie possibilità e ai propri limiti, e alla realtà che ci circonda. Tale consapevolezza permette di affrontare la vita, comprese le eventuali situazioni spiacevoli, con la necessaria serenità.

Le conferenze spazieranno su diverse tematiche: emozioni, autostima, cambiamento, benessere, consapevolezza di se', responsabilità.

**Rivolto a:** tutta la cittadinanza

**Condotta da:** psicologi dell'Associazione Psicosfere

**Modalità:** incontri pubblici e conferenze gratuite ad accesso libero

**Data e orario:** 4 incontri nel mese di ottobre, in orario serale (dalle 20,30 alle 22,30)

**Sede:** spazio la Virgola, Casa della Conoscenza, via Porrettana 360

**Riferimenti e informazioni:** [www.psicosfere.it](http://www.psicosfere.it)