

Corso gratuito di Autosviluppo Personale per Donne "La Rete Rosa"

Promosso dall'Assessorato alle Pari Opportunità
della Città di Porto Viro e realizzato con il
contributo della Regione del Veneto

MODULO DI ISCRIZIONE

Nome _____ Cognome _____

Nata a _____ il _____

Indirizzo _____

C.A.P. _____ Città _____

Telefono _____

E-mail _____

Informativa ex D.Lgs 196/2003 - Tutela della Privacy

I dati personali acquisiti mediante il presente modulo sono raccolti per le finalità connesse allo svolgimento del corso. Con la firma si esprime il consenso per l'invio di future comunicazioni riguardanti le iniziative della Commissione Pari Opportunità.

FIRMA



Progetto "La Rete Rosa"

realizzato con il contributo
della Regione del Veneto

In collaborazione con:

*Commissione Regionale
Pari Opportunità*

*Commissione Provinciale
Pari Opportunità*

*Istituto d'Istruzione Superiore
C. Colombo di Porto Viro*

Comune di Ariano nel Polesine

Comune di Lendinara

Comune di Taglio di Po

*Commissione per le Pari Opportunità
Comune di Porto Viro (RO)*

Piazza Repubblica - Palazzo Municipale
tel. 0426 325713 - fax 0426 633342



CONTRIBUTO
REGIONE DEL VENETO



CITTÀ DI PORTO VIRO



Corso gratuito di Autosviluppo Personale

*Promosso dall'Assessorato alle Pari Opportunità
in collaborazione con la Commissione Pari Opportunità
del Comune di Porto Viro*

Il Sindaco
Geremia Genrari

L'Assessore alle
Pari Opportunità
Rosita Perazzolo

Il Presidente alle
Pari Opportunità
Vanda Lionello

La Commissione Pari Opportunità del Comune di Porto Viro, grazie al finanziamento ottenuto dalla Regione del Veneto e dall'Assessorato alle Politiche di Genere, propone un percorso al "femminile" attraverso la capitalizzazione di strumenti per la crescita interpersonale e professionale, attraverso una serie di incontri atti a fornire strumenti per attivare un processo di cambiamento e di consapevolezza interiore, inteso come opportunità di approfondimento del proprio potenziale.

Per potenziale si intende l'insieme delle caratteristiche che si ipotizza siano a disposizione di un individuo, ma che nei momenti e nelle situazioni considerate, non hanno la possibilità di essere manifestate e quindi riconosciute.

Il corso sarà condotto dalla D.ssa Federica Pescarin, psicologa e formatrice.

Durata: 5 incontri a cadenza settimanale e della durata di due ore

Il mercoledì
dalle 20.45 alle 22.45

Inizio corso
Mercoledì 29 Settembre

Luogo: presso sala
della Biblioteca
Ex Macello



Primo incontro

Scoprire quali sono i propri valori fondamentali e quindi fare chiarezza con se stessi rispetto quello che si vuole e quello che non si vuole nella propria vita.

Riconoscere le proprie emozioni distruttive: imparare a riconoscere ed entrare in contatto con emozioni maggiormente sane e che ci sostengano nei momenti di difficoltà.

Secondo incontro

Lavorare sull'immagine di se: molto spesso ci armiamo di buoni propositi e determinazione ma se prima non modifichiamo l'immagine che abbiamo di noi stessi tenderemo inconsciamente a sabotarci.

Terzo incontro

Creare uno spazio adeguato e sicuro dove poter esprimere vissuti ed elaborare emozioni per raggiungere la consapevolezza delle proprie dinamiche interne ed interpersonali, dove ciascun partecipante ha la possibilità di effettuare un lavoro individuale ed elaborarlo attraverso l'aiuto del gruppo stesso.

Quarto incontro

Definire il proprio ruolo attraverso un percorso atto a rilevare i propri modelli familiari ed identificare stili e limiti relazionali.

Quinto incontro

Sviluppare un comportamento assertivo utilizzando tecniche di comunicazione interpersonale.

ISCRIZIONI ENTRO IL 27 SETTEMBRE 2010

*Al termine del corso verranno consegnati
GLI ATTESTATI DI PARTECIPAZIONE*

Le iscrizioni potranno pervenire

via e-mail: segreteria@comune.portoviro.ro.it

oppure via fax: 0426 633342

o consegnate direttamente all'Ufficio Protocollo della Sede Municipale Provvisoria di via Gramsci, 39 Scuola Media Pio XII° - Comune di Porto Viro.

Per informazioni:

Ufficio Segreteria / Affari Generali: 0426 325713-714

