

PERCORSI ESPERIENZIALI

PARLARE, ASCOLTARE, CAPIRSI.

Per allenare l'empatia, mettere in dialogo generazioni diverse e costruire nuove relazioni. (DAI 16 ANNI IN SU)



COSA FAREMO INSIEME

- ★ Costruiremo relazioni, fiducia e senso di comunità
- ★ Dialogo tra generazioni, valorizzando esperienze e punti di vista diversi
- ★ Rifletteremo su nuovi modi di comunicare e ascoltare utili nelle relazioni
- ★ Attività pratiche e momenti di confronto per conoscere meglio noi stessi e gli altri

REQUISITO?

LA CURIOSITÀ!

 **PARTECIPAZIONE GRATUITA**

INCONTRI IN PRESENZA

ANCONA, Via Ascoli Piceno, 10 - ORE 16:00 - 18:30

VENERDÌ 24 APRILE 2026

CONOSCERSI E COSTRUIRE IL GRUPPO

Creazione di uno spazio sicuro di fiducia e ascolto reciproco, condivisione di storie di vita e introduzione alla metodologia

VENERDÌ 8 MAGGIO 2026

L'ASCOLTO EMPATICO

Approfondimento delle dinamiche dell'ascolto e teatralizzazione di episodi significativi per comprendere meglio emozioni e bisogni

VENERDÌ 22 MAGGIO 2026

LA COMUNICAZIONE NON VIOLENTA (CNV)

Sperimentazione di strumenti concreti per migliorare il dialogo e prevenire conflitti, con particolare attenzione alle relazioni intergenerazionali

VENERDÌ 5 GIUGNO 2026

RISORSE, SOGNI E FELICITÀ

Riflessione sulle proprie risorse personali, sul senso del proprio percorso di vita e sul concetto di benessere

VENERDÌ 12 GIUGNO 2026

INCONTRO-INTEGRAZIONE E CONSOLIDAMENTO

Attività ludiche e partecipative per rafforzare quanto emerso e consolidare il gruppo

INFO E ISCRIZIONI

AUSER FILO D'ARGENTO DORICO
tel. 071.2801070 dalle 8:30 alle 12:30

WEBINAR ONLINE

a cura dei professionisti C.I.F.A. - ORE 18:00 - 19:30

APERTI A TUTTI E NON SOLO AI PARTECIPANTI IN PRESENZA

MARTEDÌ 5 MAGGIO 2026

LA MENTE ADOLESCENTE Dott.ssa Cinzia Riassetto
Psicologa/Psicoterapeuta

MARTEDÌ 19 MAGGIO 2026

LA FATICA DI ESSERE ADOLESCENTI
Dott.ssa Barbara Di Corsi - Psicologa/Psicoterapeuta

MERCOLEDÌ 3 GIUGNO 2026

ALLENARSI ALLA FELICITÀ
Dott.ssa Maria Alessandra Verrienti - Counselor

MARTEDÌ 16 GIUGNO 2026

STARE BENE A TUTTE LE ETÀ Prof.ssa Paola Nicolini
Psicologia dello sviluppo Università di Macerata

INFO E ISCRIZIONI

cifa.ancona@cifaong.it - tel. 331 1765755
(mercoledì e giovedì)

Organizzato da

cifa
FOR PEOPLE

cifa.ancona@cifaong.it - 331 176 5755

CIFA ETS - cifa_ets

www.cifaong.it

Sede di Falconara Marittima, via XXV Aprile 18/d

In collaborazione con

 **auser**

· AUSER Filo d'Argento Dorico
· AUSER Belvedere Ancona
· AUSER A Mente Aperta