



Un progetto di



In collaborazione con



Con il sostegno di



UN MARE DENTRO

Esplorare e Conoscere Sé Stessi attraverso la condivisione

Hai almeno 18 anni e non più di 25 anni?

Ti succede di sentirti fuori luogo? Agitato come se avessi un mare dentro?

Sei preoccupato perché non sai come fare per scegliere il corso di studi, gli amici, sentirti parte di un gruppo, stabilire e far crescere relazioni affettive di coppia?

Primo passo: chiedere aiuto.

Puoi parlare di ciò che ti fa star male e trovare qualcuno con cui confrontarti.

Troverai ad accoglierti in un **colloquio individuale** due professionisti.

Poi, sempre con loro, potrai continuare a incontrarti con altri giovani come te, **in uno spazio sicuro dove in un gruppo di lunga durata** e potrai condividere la tua autenticità.

Sappiamo per esperienza che confrontandosi per un tratto sufficientemente lungo si può scoprire che quelle stesse domande e quelle stesse emozioni se le pongono e le vivono anche le persone intorno a noi. È proprio questa condivisione ci farà sentire meno soli, più simili agli altri di quanto pensiamo, trovando così qualcuno con cui affrontare il viaggio autentico che caratterizza la vita di ognuno di noi.

CON CHI?

Cooperativa Sociale le Radici e le Ali

psicoterapeuta **Silvana Bragante**

psicologo **Niccolò Mastarone**

DOVE?

Spazi Reali corso San Maurizio 4 Torino

QUANDO?

Due venerdì al mese (a partire dal 15/3) con la costruzione di due gruppi in base all'età dei partecipanti:

- h.15:00 per minorenni a partire dai 15 anni;
- h.18:00 dai 18 ai 25 anni.

QUANTO COSTA? GRATUITO

Per informazioni e iscrizioni Silvana Bragante **3404750482**
Cooperativa Sociale le Radici e le Ali **3334337497**