



Aperitivo Psicologico

- Primo e secondo Incontro: Giovedì, 8 e 22 Maggio 2025, ore 18:00 - "Le Emozioni Parlano: Imparare ad Ascoltarle e a Gestirle"
- Terzo e quarto Incontro: **Giovedì, 5 e 19 Giugno 2025, ore 18** - "Comunicare (Bene) Fa Bene: Strategie per Relazioni Interpersonali Efficaci" "Stress? No Grazie! Tecniche Pratiche per Ritrovare Calma ed Equilibrio"

**Luogo: Caffetteria San Giuseppe in via Torino
55 a Trofarello**

**Relatore: Dott. Sandro De Angelis,
Psicologo e Psicoterapeuta**

Argomenti:

- Intelligenza emotiva e gestione delle emozioni
- Tecniche di comunicazione assertiva e ascolto attivo
- Strategie di rilassamento e gestione dello stress
- E molto altro!

Ingresso Libero e Gratuito - Consumazione a pagamento

Per informazioni: psicologo.deangelis@gmail.com

