

## Seminari sulla ricerca di sè: il Gulliver non si ferma d'estate

**Pubblicato:** Martedì 9 Luglio 2019



**“Alla ricerca e alla conoscenza di me stesso”**: questa l'iniziativa estiva del **Centro Gulliver** di Varese per chi, anche nei mesi di luglio ed agosto, ha desiderio di mettersi in gioco.

Perché le esigenze di stare bene con sè stessi e con gli altri non vanno in vacanza. «In estate, di solito – racconta **don Michele Barban** – diminuiscono nelle nostre città i punti di riferimento per sostenere le fatiche relazionali. Noi vorremmo esserci, al fianco di coloro che hanno bisogno di stare bene, offrendo un confronto e alcuni strumenti per approfondire le dinamiche della nostra vita di relazione. Perché la nostra missione è sempre quella di generare benessere, prendendoci cura delle relazioni ferite, quelle con noi stessi e con gli altri».

Gli argomenti? Conoscenza e verità di sé, presa di consapevolezza delle proprie dinamiche, comunicazione, responsabilità personale, ascolto attivo e molto altro ancora.

Gli incontri sono **ad ingresso libero e gratuito**, a **cadenza settimanale**, il **martedì dalle 18.00 alle 19.30** presso la Sala Carrozze del Centro Gulliver (via Albani 91 Varese).

Ogni seminario sarà strutturato in **due momenti**: il primo, più teorico (18.00-18.45) e il secondo, più esperienziale, con un momento di confronto e dialogo (19.00-19.30) intervallati tra loro da un ricco buffet.

## IL CALENDARIO DEGLI INCONTRI

- 9 luglio – “**Famiglia tradizionale e nuove convivenze**” con **Ivana Morellini ed Elisa Di Pierro**
- 16 luglio – “**Doppia diagnosi: da una diagnosi complessa al progetto individuale**” con **Stefano Rosignoli e Chiara Pontiggia**
- 23 luglio – “**La comunicazione in famiglia**” con **Simone Zignani e Donata Fedele**
- 30 luglio – “**Quante dipendenze?!**” con **Anna Resta e Valeria Genduso**
- 6 agosto – “**Progetto Uomo: tappe dalla dipendenza alla libertà**” con **Chiara Pontiggia e Simone Mongardi**
- 20 agosto – “**I sentimenti vincenti: onestà, fiducia e responsabilità**” con **Fabio Ambrosini e Piercarlo Citerio**
- 27 agosto – “**Confronto e autoaiuto: il ritorno dell'autostima**” con **Alessia Cauzzo**
- 3 settembre – “**Dove c'è dipendenza da qualunque sostanza c'è conflittualità**” con **Don Michele Barban e Beatrice Cricchio**

Al termine degli incontri dalle 20 alle 21, si terrà inoltre il **Gruppo Zero, rivolto a tutte le persone il cui familiare o amico non ha ancora riconosciuto ed affrontato la propria dipendenza**. Un incontro propedeutico ad un eventuale percorso terapeutico o di comunità. Tutti gli eventi sono aperti e gratuiti.

Info: 391 4902662 comunicazione@centrogulliver.it

**Stefania Radman**

stefania.radman@varesenews.it