



Università Popolare di Camponogara

fondata nel 2001

Con sedi staccate in Campagna Lupia, Fossò, Stra, Vigonovo, Fiesso d'Artico, Pianiga, Brugine, Marcon e Saonara.

SCRITTURA EMOTIVA

OBIETTIVI

Obiettivo finale del corso è quello di aiutare chi scrive a prendere coscienza di sé e a trasmettere in scioltezza i propri pensieri traducendoli sulla carta. Scrivere aiuta a conoscere meglio se stessi e conoscendosi meglio si gestisce la realtà in modo più aderente alle aspirazioni dell'individuo, migliorando di molto i rapporti interpersonali.

PROGRAMMA

Scrittura e benessere:

- Migliorare la salute con la scrittura
- I benefici dell'acqua
- I viaggi sono i viaggiatori
- Strategie di scrittura efficace
- Il coinvolgimento emotivo
- Lotta all'analfabetismo emotivo
- Indagine sulle emozioni
- La letteratura
- Il gioco della vita: 65 parole chiave costituiscono le tappe per arrivare alla scoperta di sé

Orario del corso: Mercoledì 19.00-20.30 (Donò)

Sede del corso: Camponogara

N° lezioni / Durata/ Quota di Adesione: 8 lezioni da 1.5 h - € 95,00

Desideri iscriverti a questo corso? [Clicca qui](#)