

R.E.S.T.A.

Riconosco Esploro Scelgo Trasformo Ascolto

Gruppo di Auto Mutuo Aiuto per adulti

Per chi desidera comprendere meglio le proprie emozioni, sentirsi meno solo, e trovare strumenti concreti per vivere con più serenità.

Uno spazio sicuro e accogliente dove incontrare le proprie emozioni con consapevolezza

Cerchi di parola e ascolto reciproco in un clima di rispetto e assenza di giudizio

**Il venerdì dalle 13 alle 14:30
ogni 2 settimane**

**Per maggiori informazioni
telefona a Stella, cell. 3473550633
preferibilmente la sera**

**Aula 56, via Cimarosa, 5/2 -
Casalecchio di Reno**



Calendario 2026

23 gennaio - 6 e 20 febbraio
6 e 20 marzo - 3 e 17 aprile
15 e 29 maggio - 12 e 26 giugno
10 e 24 luglio - 7 e 21 agosto
4 e 18 settembre - 2, 16 e 30 ott.
13 e 27 novembre - 11 dic.