



I referenti territoriali Opl di Como vi invitano ad una delle più grandi fiere comasche che nelle scorse edizioni ha contato circa 13.000 presenze di pubblico. Lo scopo della fiera è la creazione di una rete locale di economia solidale e sociale.

E' una grande occasione per promuovere la psicologia e farci conoscere entrando in contatto diretto con i cittadini.

Per tale motivo OPL tramite i referenti territoriali prenderà parte all'evento. Parteciperà al dibattito principale del sabato pomeriggio e con uno stand situato nell'area benessere, darà la possibilità ai colleghi che hanno dato la propria disponibilità di proporre dei laboratori esperienziali promuovendo le proprie competenze. Di seguito l'elenco delle iniziative.

Programma:

Sabato pomeriggio dalle ore 15 alle ore 17 si terrà il dibattito sul tema **“La bellezza delle differenze”**. Roberto Pozzetti referente Opl della provincia di Como modererà il dibattito.

SABATO 17

14.00-15.00 - *Dott.ssa Rossella Dartizio* - **Vizi e capricci. Aiutare i propri figli a superare le crisi emotive:** Seminario sul funzionamento mentale del bambino e sulle strategie per regolare le emozioni (rivolto a genitori di bambini 0-10 anni).

15.00-16.00 - *Dott.ssa Sonia Forestieri* - **Insieme in musica:** Laboratorio di promozione del benessere attraverso la musica (rivolto a bambini di età 3-10 anni).

16.00-17.00 - *Dott.ssa Erika Marullo* - **Raccontastorie:** Laboratorio che attraverso il gioco e l'interazione con il genitore ha come scopo la stimolazione della creatività del bambino (rivolto a bambini 3-10 anni) .

17.00-18.00 - *Dott.ssa Greta Bernasconi, Dott.ssa Claudia Caspani, Dott.ssa Giulia Galimberti* - **Il mondo nella cornice: la bellezza delle differenze:** Laboratorio sul confronto circa i diversi modi di esprimere e percepire il mondo e la sua bellezza (tutte le età).

DOMENICA 18

11.00-12.00 - *Dott.ssa Sara Capizzi* – **Momento per momento. Laboratorio di Mindfulness:** Laboratorio conoscitivo delle pratiche della mindfulness, sul suo utilizzo e l'efficacia (tutte le età).

14.00-15.00 - *Dott.ssa Laura Patti* - **Tu ed io... con le emozioni:** Laboratorio di sviluppo e potenziamento dell'intelligenza emotiva nella relazione genitore–bambino (rivolto a genitori e figli).

15.00-16.00 - *Dott.ssa Anna Castelnuovo* - **La bilancia del benessere tra psiche e alimentazione:** Laboratorio sulla consapevolezza del proprio comportamento alimentare ed aspetti correlati (tutte le età).

16.00-17.00 - *Dott.ssa Donata Beretta* - **Il Mandala. Un viaggio tra i simboli e gli archetipi dell'inconscio alla ricerca del proprio centro:** Laboratorio sulla consapevolezza di sé attraverso l'utilizzo dei mandala (tutte le età).

17.00-18.00 - *Dott.ssa Simona Vignoli* - **Creando si impara:** Laboratorio sulla conoscenza del proprio stile di apprendimento e le proprie potenzialità (tutte le età).

18.00-19.00 – *Ass InOut* - **Crea il tuo avatar:** Laboratorio che mediante la creazione di un Avatar ha come obiettivo quello di mettere in contatto l'immagine di sé, quali caratteristiche comunicare e le emozioni (8-13 anni).

COME RAGGIUNGERCI

<http://www.lisolachece.org/pagina/come-arrivare-2>