

Propone ai propri Soci

La Forza delle Relazioni: il valore del sentirsi parte di qualcosa

Giovedì 5 febbraio 2026 - Ore 9.30

Obiettivo dell'incontro

Mostrare come mantenere e nutrire relazioni sane, soddisfacenti e vitali, anche quando le opportunità di socialità cambiano.

Contenuti:

- ★ Perché le relazioni diventano più preziose in età avanzata.
- ★ Differenza tra “compagnia” e “connessione”.
- ★ Come nasce una relazione arricchente.
- ★ Strategie semplici per coltivare legami (anche nuovi).
- ★ Il ruolo dell’ascolto e della presenza nelle relazioni.
- ★ Imparare a comunicare ciò di cui si ha bisogno in modo gentile.

Attività pratica Mini laboratorio:

“Entro in Relazione”

→ ogni partecipante sceglie un piccolo gesto di connessione da fare nei 7 giorni successivi.

Durata: circa 2 ore

**PER INFO E ISCRIZIONI: telefonare esclusivamente al 328 875 8100
dal Lunedì al Venerdì, dalle ore 15 alle 18**