

**Laboratorio di autostima  
per donne  
&  
Riscopri la Dea in te**

**Luogo**

Casa Internazionale delle Donne  
di Via Pisoni, 3 Trieste

**Presentazione**

**23 gennaio 2012 ore 18.00**

**Laboratorio**

**11 e 12 febbraio**

**10 e 11 marzo**

**14 e 15 aprile**

**Gli incontri si svolgono**

**il sabato pomeriggio  
dalle 14.30 alle 18.30**

**la domenica  
dalle 11.00 alle 17.00**



Casa Internazionale delle Donne  
Trieste



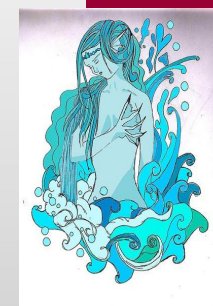
Via Pisoni, 3 - 34126 Trieste  
(bus 6,9,35)  
Tel +39 040 568476

**Orari apertura  
mart-merc-giov  
ore 16.00-19.00**

[www.casainternazionaledonnetrieste.org](http://www.casainternazionaledonnetrieste.org)

[info@casainternazionaledonnetrieste.org](mailto:info@casainternazionaledonnetrieste.org)

**LABORATORIO  
DI  
AUTOSTIMA**



**RISCOPRI LA DEA  
IN TE**



## LABORATORIO DI AUTOSTIMA

L'autostima è la capacità di dare valore e riconoscere importanza a se stesse.

Il laboratorio di autostima offre alle donne l'opportunità di imparare a conoscere se stesse al fine di autovalutarsi in maniera realistica e equilibrata. L'obiettivo è raggiungere una consapevolezza tale da essere in grado di fare delle scelte libere, responsabili e coerenti col proprio sentire, in modo da superare le molte dipendenze della vita quotidiana.

Le varie forme di malessere delle donne (continui sensi di colpa, eccessivo senso del dovere, stanchezza cronica, emozioni incontrollate, senso di insicurezza o inadeguatezza, confusione,...) vengono analizzate non nella loro dimensione soggettiva, ma sulla base dell'insieme di norme, credenze e valori che regolano la vita di ciascuna in quanto appartenente al genere femminile.



*Per informazioni*

**Tiziana Corica:**

[tizianacorica@tiscali.it](mailto:tizianacorica@tiscali.it)

oppure

[benessere@casainternazionedonnetrieste.org](mailto:benessere@casainternazionedonnetrieste.org)

## RISCOPRI LA DEA IN TE

Il Laboratorio "Riscopri la dea in te" affronta in particolare i modelli di comportamento e la possibilità di modificarli al fine di migliorare la qualità della propria vita. Ci saranno di aiuto gli archetipi del femminile che ben rappresentano i molteplici modi di essere delle donne.

*Il laboratorio, ideato da Rossella Strani e proposto ormai da una decina d'anni nella nostra città, viene condotto da Tiziana Corica diplomata alla scuola biennale di socio-psicologia di genere della psicoterapeuta e sociologa Paola Leonardi ([www.autostimadonne.it](http://www.autostimadonne.it)).*



**Casa Internazionale  
delle Donne - Trieste**