



AnSIA&DepreSSIONE (Serenio variabile)



MERCOLEDÌ 16 marzo ore 18.00 – 19.30 c/o FITeL Piemonte Via Sacchi, 63 - Torino

Spesso capita di sentirsi ansiosi e/o depressi: la morte di una persona cara, il licenziamento dal lavoro, il divorzio ed altre situazioni difficili possono portare una persona a sentirsi triste, in solitudine, spaventata, nervosa e agitata.

Tutti quanti abbiamo l'esperienza di una giornata storta, in cui siamo giù di corda, tristi, più irritabili del solito e turbati. Molto probabilmente non si tratta di un disturbo, ma di un malessere passeggero.

Questi sentimenti costituiscono delle normali reazioni, ma se si avvertono queste sensazioni ogni giorno o quasi senza alcun motivo apparente, ci risulta difficile portare avanti la normale attività quotidiana.

Impariamo insieme a conoscere gli aspetti ansiosi e depressivi, per farli diventare nuove esperienze di stimolo e crescita..

EVENTO GRATUITO CON ISCRIZIONE OBBLIGATORIA ENTRO VENERDÌ 11 MARZO, INVIANDO UNA E-MAIL CON NOME E COGNOME A info@movimentipsi.it

Per info:

movi**MENTI**

Dr.ssa Lorena Ferrero

T. 3397787162

@ l.ferrero@movimentipsi.it

Dr.Fulvio Trombotto

T. 3351688815

@ f.trombotto@movimentipsi.it

