

## RISCOPRIRE L'ANIMA

L'anima femminile, il femminile, ciò che è femminile è sconosciuto e a volte fa anche un po' paura. Emozioni, sentimenti, istinto, intuizione, tutto ciò che è 'irrazionale' è una grande risorsa che possediamo dentro di noi, ma che troppo spesso non sappiamo come gestire. Talvolta, ce ne sentiamo sopraffatti, e ne neghiamo o ne reprimiamo la forza, sull'altare della sola ragione, mutilando così la nostra esistenza. Essere in grado di accogliere tutta la ricchezza del nostro mondo interiore ed emotivo e riattivare tutti i canali coinvolti, ci permette di vivere una vita sana, soddisfacente e autentica, fatta di completezza e armonia.



Il centro di Pedagogia Clinica è uno studio di consulenza che si occupa di aiuto alla persona, sia in situazioni di disagio che in termini di crescita e sviluppo personale. Il progetto IO DONNA interamente dedicato alle donne e allo sviluppo della identità femminile in tutte le fasi e le tappe dell'esistenza umana, offre molteplici opportunità di crescita individuale e di gruppo a tutte quelle donne che, desiderose di conoscere meglio chi sono e cosa vogliono diventare, decidono di 'mettersi in cammino' alla ricerca di una soggettività femminile personale, non frutto di stereotipi sociali né di immagini imposte dal nucleo familiare di origine, ma di un personale viaggio nel proprio mondo interiore che conduce all'affermazione di una propria personale e autentica identità di donna in tutti gli ambiti della propria vita.



### PROGETTO IO DONNA

Viale Rimembranze, 1  
21052 Busto Arsizio  
Varese

Tel.: 338.2765316

E-mail: [michela.diani@centrodipedagogiaclinica.it](mailto:michela.diani@centrodipedagogiaclinica.it)

Sito web: [www.centrodipedagogiaclinica.it](http://www.centrodipedagogiaclinica.it)

PROGETTO IO DONNA

## LA MIA PALESTRA INTERIORE



Più BELLA a partire da DENTRO

338.2765316

## ATELIER DI CRESCITA E SVILUPPO

In ogni donna c'è un desiderio profondo di piacersi, di provare soddisfazione nel guardarsi allo specchio, di percepirsi desiderabile, di stare bene con se stessa e di rapportarsi con gli altri in maniera gratificante, di farcela 'bene' in ciò che le interessa e a cui sente di dover regalare le proprie attenzioni ed energie.

Ci si piace a partire da dentro. Si diventa ciò che si desidera nel profondo del cuore, lavorando DENTRO per la costruzione di se stesse sulla propria identità di donne, di mamme, di persone al femminile. E, quando questo avviene, anche la realtà esterna si trasforma, non per un giorno, non per un attimo, ma per sempre. Siamo chi vogliamo essere e esprimiamo concretamente la nostra vera natura, il nostro autentico modo di essere in tutti gli ambiti della nostra vita. L'immagine interiore e quella esteriore, ideale e reale coincidono e questo fa sì che la nostra vita sia AUTENTICA.

Tu sei chi vorresti essere? Oppure sei ciò che gli altri si aspettano da te?

Sei donna in tutto ciò che fai o sei un "uomo in gonnella" per stare al passo con i tempi?

Ti senti realizzata in ciò che fai? Tu DONNA chi sei veramente?



### IO DONNA Atelier al femminile

#### IO DONNA

Percorso per donne che sono interessate a conoscersi meglio e a risvegliare tutte le risorse presenti nella propria identità femminile, con lo scopo di vivere una vita più soddisfacente e corrispondente alle proprie esigenze e ai propri desideri.

Date: a partire da fine ottobre fino a giugno

#### MAMME IN COSTRUZIONE

##### Io e il mio corpo che cambia

Percorso per donne in gravidanza (in qualunque trimestre), dedicato prevalentemente alla percezione corporea e al rilassamento.

Date: a partire da metà ottobre fino a giugno

##### Ora sono mamma e adesso?

Atelier polispecialistico per neo-mamme per favorire un solido e sereno attaccamento mamma-bambino e una integrazione positiva e armonica della dimensione mamma con tutte le altre dimensioni della vita femminile (vita personale, famiglia, lavoro, relazioni sociali,...)

Date: da fine ottobre fino a giugno

*Tutti i laboratori sono disponibili sia in forma individuale che di gruppo. Per maggiori informazioni consulta il nostro sito [www.centrodipedagogiaclinica.it](http://www.centrodipedagogiaclinica.it) e contattaci al 338.2765316*



#### PROGETTO IO DONNA

Viale Rimembranze, 1  
21052 Busto Arsizio  
Varese

Tel.: 338.2765316

E-mail: [michela.diani@centrodipedagogiaclinica.it](mailto:michela.diani@centrodipedagogiaclinica.it)  
Sito web: [www.centrodipedagogiaclinica.it](http://www.centrodipedagogiaclinica.it)

**"Mettersi in viaggio per scoprire ed esprimere la propria vera identità femminile al di là degli stereotipi, delle difficoltà e delle ferite: questo significa essere padrone di noi stesse ed eroine della nostra esistenza"**