

# ANSIA? TOO MUCH!

“Aspetto con ansia che l’ansia mi passi”

6 Aprile 2022 - 20:30 - 22:30



Quante volte durante la giornata lo diciamo o lo sentiamo dire? E se invece fosse altro?

Questo incontro è pensato per fare chiarezza sull’ansia, per imparare a riconoscerla e a distinguersela dalle altre emozioni e per provare a conoscerne le possibilità.

È rivolto a tutte le persone che in questo periodo hanno detto almeno una volta “mi sento in ansia” relativamente alla famiglia, alle relazioni, al lavoro, alla scuola...

## **PER SEGUIRE L’INCONTRO:**

**QUANDO:** mercoledì 6 Aprile 2022

**ORE:** 20.30 - 22.30

**DOVE:** online - piattaforma Zoom

**CHI CONDUCE:** Carolina Dalle Palle Psicologa e Trainer LIFE SKILLS® Italia

Alice Bianchi Trainer LIFE SKILLS® Italia

**L’incontro è gratuito.**

Dopo l’iscrizione riceverete la mail con tutte le coordinate.

**INFO E ISCRIZIONI**

Contattare la nostra segreteria:

segreteria@lifeskills.it

+39 366.2611598

[www.lifeskills.it/evento/ansia-too-much/](http://www.lifeskills.it/evento/ansia-too-much/)