



**Giovedì 26/2-12/3, 20.00-22.30**  
**in biblioteca a San Michele all'Adige**

# **“Dai, ci penso io!”**

## **Donne e carico mentale**

*Il carico mentale di noi donne,  
le sue origini e implicazioni,  
gli effetti nel quotidiano e nelle relazioni.  
Breve percorso esperienziale per imparare a  
gestirlo e a ridurre il peso.*



Posti limitati - Iscrizione gratuita entro il  
24/02 presso la biblioteca o all'indirizzo  
[info@comune.sanmichelealladige.tn.it](mailto:info@comune.sanmichelealladige.tn.it)

Per informazioni sul corso chiama la  
formatrice al 3247417232.

*Dopo il successo delle diverse  
edizioni del laboratorio  
esperienziale Genitori efficaci  
in Piana Rotaliana, ecco una  
nuova proposta per  
promuovere il benessere  
relazionale.*

**Laboratorio condotto da Claudia Giglioli**  
Educatrice socio-pedagogica, formatrice, mamma e moglie.



Comune di  
San Michele all'Adige



Distretto  
**Family**  
in TRENTINO