



# FEMMINILITA' E'...ONLINE

## PERCORSO DI GRUPPO

Ogni donna nel corso della vita sperimenta tanti ruoli ruoli: fidanzata, moglie, madre, figlia, nonna...ma cos'è la femminilità? Diversi elementi condizionano la propria identità di donna e lo sviluppo della femminilità che non riguarda solo l'estetica e la bellezza ma anche un insieme di atteggiamenti e di modi di essere e di rapportarsi con se stesse e con il mondo. **Il percorso è rivolto a tutte le donne di ogni età** che desiderano conoscere ed esplorare le potenzialità del proprio corpo, superare blocchi, paure, timidezze, inibizioni e riscoprire un contatto più intimo con il femminile dentro di sé per essere più libere di esprimere la propria natura.



### Tematiche del corso:

- 1) Da Afrodite ad oggi : com'è cambiata l'idea di femminilità
- 2) Conoscere e conoscersi: Il corpo femminile e i suoi significati.
- 3) Mi piace/non mi piace: sessualità basata sulla donna per autorizzarsi a chiedere
- 4) Yin e Yang: il maschile e il femminile, energie diverse e complementari.
- 5) Il tesoro nascosto: valorizzare se stesse e liberare la propria femminilità.

Il percorso prevede **5 incontri di 1 ora e mezza** cadauno a cadenza settimanale.

Per iscriversi: contattare la segreteria. Seguirà un colloquio conoscitivo utile a valutare l'inserimento nel gruppo che si terrà.

Per collegarsi è necessario dotarsi di PC/tablet/Smartphone con connessione internet.

La piattaforma utilizzata sarà **MEET**

## GLI INCONTRI SONO GRATUITI

Conducono: **Enrica Des Dorides**, psicologa e psicoterapeuta, **Emanuela Duca**, psicologa e sessuologa, operatori del CF Scarpellini di BG