



L'ODV Amici della Tanzania presenta

UNIVERSO DONNA

Costruire il proprio benessere in una terra straniera

@amicidellatanzania

CALENDARIO DEGLI EVENTI

MAGGIO

Movimento, Teatro, Gruppo

Dom 10/05 - Lezione di Pilates 1
Dom 17/05 - Laboratorio Teatrale di Public Speaking
Sab 23/05 - Esplorare le emozioni (Gruppo di parola 1)
Dom 24/05 - Lezione di Pilates 2
Dom 31/05 - Esplorare le emozioni (EMDR 1)

APRILE

Arte, Respiro, Silenzio

Dom 26-04
Ore 10.00 INAUGURAZIONE, Colazione Insieme e Presentazione dalle ore 11.00 alle 13.00
Laboratorio: "Conosciamoci con il Coaching"
Laboratorio: "L'ora del Silenzio"

LUGLIO

Consapevolezza e Nutrizione

Sab 18/07 - Esplorare le emozioni (Gruppi di parola 3)
Ven 24/07 - Webinar Educazione Alimentare Consapevole
Sab 25/07 - Esplorare le emozioni (EMDR 3)

GIUGNO

Corpo, Parole, Equilibrio

Dom 07/06 - Lezione di Pilates 3
Sab 20/06 - Esplorare le emozioni (Gruppi di parola 2)
Dom 28/06 - Esplorare le emozioni (EMDR 2)

OTTOBRE

La Donna nei Ruoli e Oltre i Ruoli

Ven 02/10 - Empowerment professionale in ALFA Liguria
Sab 03/10 - Esplorare le emozioni (Gruppi di parola 4)
Sab 10/10 - Essere Donne oltre i ruoli - Coaching
Ven 16/10 - Webinar "0-6" con pedagoga
Ven 23/10 - Webinar "Primaria" con pedagoga

SETTEMBRE

Essere Biologicamente Donna

Sab 12/09 - Incontro "Biologicamente donna"
Ven 18/09 - Webinar Maternità
Ven 25/09 - Webinar Genitorialità mancata
Dom 31/09 - Esplorare le emozioni (EMDR 4)

NOVEMBRE

Professioni, Memorie e Ispirazione

Ven 6/11 - Webinar Empowerment Professionale ALFA
Ven 13/11 - Webinar "Adolescenza" con pedagoga
Mer 25/11 - Ore 18.00 Cerimonia di Conclusione e Performance delle partecipanti con rinfresco Tanzaniano - Giornata contro la violenza di genere

LEGGENDA

Webinar del Venerdì - ore 18.00
Laboratori e sessioni di gruppo al Talent Garden Genova TAG (Presso i Giardini Baltimora) - ore 10.00
Movimento ai Giardini Baltimora (Yoga e Pilates) - ore 10.00
Empowerment professionale con ALFA Liguria - ore 16.00 (presso la sede di Alfa Liguria in Via Cesarea, 14)

ISCRIVITI TRAMITE QR O LINK:
<https://forms.gle/GzTadSyRh7Q2ftKj8>



Ringraziamo per la preziosa collaborazione

- Forum Ligure delle Diaspore
- RI4ALL - Officina di Psicologia e Impatto Sociale
- Talent Garden Genova
- Studio RCF
- Alfa Liguria

