



# STO BENE... GRAZIE! E TU?

Incontri stagionali in Farmacia Savonarola  
per poterlo dire davvero

**PRIMO INCONTRO**  
**MERCOLEDÌ 6 DICEMBRE 2017**  
**18:00-19:30**

## **L'ANSIA: BENEFICI ED EFFETTI COLLATERALI**

### RIMEDI INTERNI DI STAGIONE:

Presso la Farmacia Savonarola  
Piazzale Mazzini 29/30 Padova

*Autunno: 6/12/17*

#### **L'ANSIA: BENEFICI ED EFFETTI COLLATERALI**

*Inverno: 30/01/18*  
**STATI DEPRESSIVI:  
TRA BUIO E LUCE**

*Primavera: 27/03/18*  
**ATTACCHI DI PANICO E  
LEGAMI SICURI**

*Estate: 8/05/18*  
**AUTOSTIMA E BUONE  
RELAZIONI...**

Un'opportunità per mettere a fuoco qual è il proprio stile nel ricorrere ai rimedi e quali i punti vulnerabili di fronte ai mali psicologici di stagione: la cura del corpo così come la cura della vita.

A partire dalla metafora della pianta, come organismo speciale che sulla base delle proprie necessità, si adatta, si muove nel proprio terreno, si sostiene e si nutre, ci addentreremo negli aspetti che possono ammalarla, seguendo la metafora, chi sono i propri parassiti? Quali sono i propri sostegni? Di che luminosità o esposizione abbiamo bisogno? Come rimanere vivi dentro e fuori durante i cambiamenti? In un'ottica olistica si affronterà in autunno il tema dell'ansia: i suoi "benefici ed effetti

collaterali", il tema della depressione in inverno, quello degli attacchi di panico in primavera e quello della buona stima di sé per buone relazioni nel tempo dell'estate ... contro le scottature.

Organizzato da  
Archè

Psicologia e Psicoterapia  
P.tta Conciapelli 19, Padova

**E' GRADITA LA PRENOTAZIONE  
TELEFONARE AL NUMERO  
049 8718820**

Farmacia  Savonarola

[WWW.PSICOARCHE.IT](http://WWW.PSICOARCHE.IT)

