



Centro A.S.P.E.N. onlus

Associazione Salute e Psicologia Emergenza e Normalità

Insieme per trovare nuove prospettive!



GRUPPI MOTIVAZIONALI E DI CAMBIAMENTO PERSONALE

Il centro ASPEN onlus (Associazione Salute Psicologia Emergenza e Normalità) è un'associazione di utilità sociale che eroga, a Palermo, percorsi motivazionali e di cambiamento in piccoli gruppi (minimo 3 persone).

Esempi di motivi per cui è possibile iniziare un percorso:

- scelte e cambiamenti importanti di vita;
- fasi di demotivazione a raggiungere nuovi obiettivi desiderati;
- insicurezza o bassa autostima;
- difficoltà a seguire un regime alimentare equilibrato, con presenza di fame nervosa;
- difficoltà relazionali.

Si prevede **un incontro a settimana**, in cui ogni partecipante stabilisce un obiettivo specifico di cambiamento e tutti gli incontri sono condotti da uno psicologo che si occupa di gruppi motivazionali e di cambiamento. L'accesso al gruppo prevede due incontri di valutazione e conoscenza iniziali.

Sede: Palermo (zona Fiera)

Contributo: l'associazione prevede il pagamento di un contributo spese mensile pari a 80 euro. Il contributo viene versato anticipatamente e, in caso di rinunce al percorso o assenze, le quote versate non verranno restituite in quanto destinate a copertura di spese fisse.

Psicologi: dott.ssa Monica Monaco

Per informazioni e prenotazioni:

Sito web: <http://www.centroaspen.it/> Email a centroaspen@libero.it

Coordinamento: 320/2682277 (ore pomeridiane)