

Psicologia



C.P.P.A della Dott.ssa L. Chiarioni

Vedano al Lambro (MB) Viale Repubblica, 7

Milano Via Azzo Carbonera, 7

Per il ciclo: **“Prendersi cura di sé : apprendiamo insieme per la nostra salute e dei nostri cari”**

10 ottobre 2018: “Tecnologia buona o cattiva??? Uso del Web e degli apparati elettronici in modo sano ed adeguato all’età” Relatrice: Dott.ssa Lucia Chiarioni Psicologa, Psicotraumatologa e esperta in Neuro e biofeedback.

17 ottobre 2018: “Guarire: Ricette Magiche o cura di Sé?” Relatrice Dott.ssa Raffaella Canali, Psicologa Psicoterapeuta

24 ottobre 2018: “L’anziano risorsa: uno sguardo intergenerazionale per dare valore al sé e alle relazioni!” Dott.ssa Maddalena Corbella Psicologa Psicoterapeuta

31 ottobre 2018: “Creatività in età senile: mito o realtà?” Dott.ssa Clarissa Spreafico Psicologa specialista in apprendimento

Il programma di quest’anno da noi proposto vuole valorizzare l’anziano e porlo a confronto con uno stile di vita che lo aiuti a vivere meglio, per la sua salute psicologica, nel rispetto e valorizzazione del suo ruolo sociale. Nella prima conferenza parleremo dei limiti e delle risorse della tecnologia e del web considerando anche gli aspetti di tutela dell’anziano “vulnerabile” in rete, oltre ad introdurre nuove metodiche per mantenere attivo il cervello contrastando l’invecchiamento, poi affronteremo il tema della guarigione intesa in senso ampio: valorizzando ad oggi alcune metodiche che hanno fondamento nella ricerca scientifica e nell’ormai indiscusso rapporto psiche-soma, nel terzo appuntamento valorizzeremo il ruolo dei nonni rispetto alle generazioni precedenti (figli e nipoti) aiutandoli a mantenersi attivi per se stessi e le relazioni, infine esploreremo il ruolo della creatività e l’importanza di “coltivare” per il nostro cervello alcune forme di creatività.