

Con il contributo di:



Ministero della Giustizia



Cassa delle Ammende



Comune di  
Milano



Regione  
Lombardia

In collaborazione con:



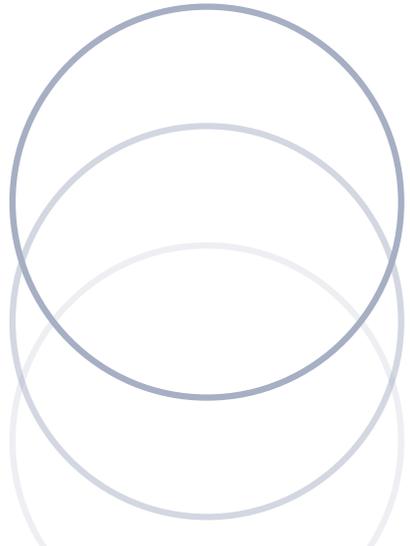
dika  
Cooperativa per la mediazione  
dei conflitti



punt@zero

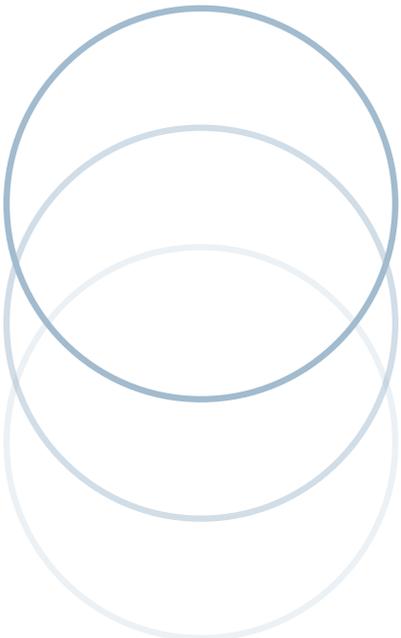


CIPM  
Centro Italiano per la  
Promozione della Mediazione



## Laboratorio espressivo e di ascolto

*Un futuro in Comune*



## Contatti

Via Pastrengo 6, 20159 Milano

futuroin@comune.milano.it

A volte capita di sentirsi inadeguati, esclusi, invisibili agli occhi degli altri o al contrario di essere costantemente sotto lo sguardo di chi ci circonda.

Quando questo accade possiamo reagire in modi diversi e farci delle domande:

- Ho fatto qualcosa di sbagliato?
- È colpa mia?
- Potrei reagire diversamente?
- Come posso cambiare questa situazione che non mi fa stare bene?
- C'è qualcuno a cui posso dirlo, a cui posso chiedere un aiuto?

A volte potrebbe aiutare un ascolto, un confronto con coetanei che stanno vivendo situazioni simili e con adulti che possono accompagnare a comprendere meglio cosa sta accadendo.

### Il laboratorio

Se senti di aver bisogno di uno spazio per parlare di quello che stai vivendo puoi partecipare a questo laboratorio. Troverai tuoi coetanei che riflettono e si confrontano sulle proprie emozioni.

Il gruppo sarà condotto da operatrici esperte nell'accoglienza, nell'ascolto e nel lavoro espressivo

Il laboratorio si terrà per 6 incontri il **martedì** presso gli spazi del Comune di Milano in via Pastrengo 6.

Date e orari:

dal 28 febbraio  
al 4 aprile 2023

dalle 15 alle 17

