

# Che emozione provi?

**Impara** ad ascoltare le tue sensazioni  
e ad utilizzare **l'intelligenza emotiva**.  
Nei nostri laboratori,  
la **felicità** non arriva per caso.

**CESENA** - MARTEDÌ, ore 20:30-22:00  
c/o Volontaromagna - Via del Serraglio, 18

- Ottobre: 7, 14, 21, 28
- Novembre: 4, 11, 18, 25
- Dicembre: 2, 9, 16

**RAVENNA** - LUNEDÌ, ore 20:30-22:00  
c/o Volontaromagna - Via Agropontino 13/A

- Ottobre: 6, 13, 20
- Novembre: 3, 10, 17, 24
- Dicembre: 1, 15, 22



**LABORATORIO  
DELLA FIDUCIA**  
DIVENTA MAESTRO DELLE TUE EMOZIONI

**Prenota subito il tuo allenamento emotivo settimanale!**

Chiama ora +39 366 181 3013

oppure scrivi a [info@laboratoriodellafiducia.it](mailto:info@laboratoriodellafiducia.it)

# “Osservare senza valutare è la forma più alta dell'intelligenza umana.”

Jiddu Krishnamurti

*Ti capita di sentirti sopraffattø dalle emozioni?  
Vorresti più chiarezza, equilibrio e fiducia in te stessa?*

L'intelligenza emotiva non è teoria: è un **allenamento pratico** per imparare a gestire stress, conflitti e relazioni, trasformando ogni emozione in una risorsa. Nei nostri incontri sperimenterai:

- **Consapevolezza di te e delle tue emozioni**
- **Tecniche pratiche per affrontare stress e conflitti**
- **Maggiore empatia e capacità di relazione**
- **Riconoscere e usare le tue risorse interiori**

Un percorso concreto, fatto di esperienze e strumenti subito applicabili nella tua vita quotidiana.

## **Prenota subito il tuo allenamento emotivo settimanale!**

chiama ora +39 366 181 3013  
oppure scrivi a [info@laboriodellafiducia.it](mailto:info@laboriodellafiducia.it)



**LABORATORIO  
DELLA FIDUCIA**  
DIVENTA MAESTRO DELLE TUE EMOZIONI

[laboriodellafiducia.it](http://laboriodellafiducia.it)