

CONOSCI TE STESSO

Percorso creativo di identità e orientamento personale

30 ore · 10 incontri laboratoriali

Perché partecipare?

- Scoprire chi sei e come esprimi te stesso
- Riconoscere emozioni, talenti e risorse personali
- Rafforzare consapevolezza e autonomia
- Usare l'arte come strumento di esplorazione personale

Il percorso in breve

Identità – mappe autobiografiche e opere simboliche

Relazioni – corpo, emozioni e radici personali

Esplorazione interiore – suono, simboli, maschere

Progetto di vita – costruzione creativa del proprio futuro

Parole chiave del percorso

Rilassamento · Introspezione · Consapevolezza · Scelta

Esito finale

maggior consapevolezza di sé, valorizzazione dei talenti e strumenti concreti per orientarsi nelle scelte future.

■ Attività laboratoriale guidata | ■ Frequenza settimanale | ■ Posti limitati

Per informazioni e adesioni rivolgiti al docente referente prof.ssa Laura Gilardoni