



## **Come imparare a riconoscere le emozioni**

**DOMANI** primo appuntamento del 2016 al Posto delle Fragole, il luogo delle donne della Spi-Cgil. Nella saletta al piano terra del Palazzo del Turismo incontro con Biancamaria Vasini, psicologa e psicoterapeuta, su 'Il linguaggio delle emozioni'. «Riconoscere le proprie emozioni e comunicarle aiuta ad avere un rapporto positivo con se stessi e con le persone che ci stanno a cuore», anticipa la relatrice. «Ci aliteremo ad ascoltare il nostro dialogo interiore», spiegano gli organizzatori.