

Nell'ambito del progetto



percorsi di crescita,
benessere e partecipazione per famiglie,
adolescenti e bambini

PARLARE senza FERIRE

Dalla tensione al dialogo: parole,
emozioni e strategie per capirsi meglio.

Uno spazio di confronto laboratoriale per giovani (12+) e adulti per sperimentare insieme una comunicazione più consapevole e scoprire nuove strategie per trasformare i conflitti in occasioni di ascolto costruttivo.

Lo stesso incontro verrà riproposto nelle tre date:

DATE	29.09.2026 dalle 18.00 alle 21.00
ORARI	Biblioteca di Fondo, Borgo d'Anaunia
E LUOGHI	21.10.2026 dalle 18.00 alle 21.00
DEGLI	Biblioteca di Taio, Sala Roza, Predaia
INCONTRI	13.11.2026 dalle 18.00 alle 21.00
	Biblioteca di Cles, sala Borghesi Bertolla

DESTINATARI **Adulti e ragazzi a partire dai 12 anni**

Condotta dalla psicologa di comunità **dottoressa Lorenza Dallago**.
Prevista una breve pausa con spuntino.

Per informazioni ed iscrizioni (entro 5 giorni dalla data del laboratorio):
distrettofamiglia@comunitavaldinon.tn.it oppure **3408442883**

Finanziato da



Coordinato da



Con la collaborazione di





PARLARE senza FERIRE



Dalla tensione al dialogo: parole, emozioni e strategie per capirsi meglio.

Quante volte una conversazione parte con le migliori intenzioni e finisce in un litigio? Una parola detta male, un tono che suona aggressivo, un silenzio che nasconde ciò che proviamo: nella comunicazione non contano solo le parole, ma anche emozioni, gesti, atteggiamenti, pensieri e il modo in cui ci relazioniamo con l'altro.

“Parlare senza ferire” è uno spazio di confronto e sperimentazione dedicato a **giovani dai 12 anni e adulti** (meglio se di riferimento per i giovani – genitori, insegnanti, educatori), pensato per **fermarsi, riflettere, osservare il proprio modo di comunicare** e soprattutto per scoprire e condividere insieme **strategie più efficaci** per affrontare la comunicazione nella vita quotidiana.

Attraverso **attività pratiche, giochi, esercizi e momenti di confronto**, verrà data un'occasione per giovani e adulti di mettersi in gioco insieme e di portare a casa qualche spunto concreto per dialogare in modo più efficace.

Perché comunicare meglio non significa evitare i conflitti, ma imparare ad attraversarli senza ferirsi.