



Il Circolo Culturale e Ricreativo Nuovi Orizzonti APS organizza:

## RIPARTO DA ME

### Laboratorio di scrittura con Metodo Caviardage®

Condotto da **Mia Fanin**

**Sono previsti 4 incontri da 2 ore l'uno, che si terranno il lunedì, dalle 20.30 alle 22.30, a partire dal 6/5 (6/5, 13/5, 20/5, 27/5)**

Presso la sede del Circolo, in **Via Brescia 3, Rizzi (Riçs) - Udine**

Lavoro, scadenze, impegni, doveri, obblighi, risposte, frenesia... in tutto questo rischiamo di perdere di vista l'elemento centrale: NOI!

Regaliamoci uno spazio quindi, nel quale: rallentare, respirare e ritrovarci grazie alla scrittura

ed al so-stare.

## IN COSA CONSISTE IL LABORATORIO

Quattro incontri nei quali, attraverso le tecniche del Metodo Caviardage® andremo a sottrarci al quotidiano e compiere un'immersione in noi stessi.

Ci dedicheremo uno spazio ed un tempo per: scandagliare ed osservare i nostri paesaggi interni al fine di ritrovarci, ascoltarci e capire quali i nostri veri desideri e ciò che di importante c'è nella nostra vita.

Riemersi potremmo fissare le nostre scoperte sulla pagina e donarle agli altri arricchendoci nel contempo con i loro racconti.

**Info e prenotazioni:** [circolonuoviorizzonti@gmail.com](mailto:circolonuoviorizzonti@gmail.com)

---

*Curriculum Vitae insegnante:*

Mia Fanin - formatrice certificata nel Metodo Caviardage® - nasce come maestro d'arte, e dopo l'università si dedica allo studio dell'arte-terapia e della scrittura creativa.

È Educatrice Professionale nella salute mentale da 15 anni, nell'ambito di questa professione conduce anche laboratori specifici per la riabilitazione psichiatrica, artigianali con materiali di recupero e creativi.

Da 12 anni conduce gruppi di scrittura espressiva per aiutare le persone a: mantenere le abilità cognitive, aumentare le abilità intra-personali di connessione al proprio sentire (emozioni e pensieri), ed aumentare le abilità relazionali.

Nel 2018 inizia il suo percorso nel mondo del Metodo Caviardage®, diventandone poi insegnante certificata.