



CISL COORDINAMENTO DONNE
Reggio Calabria

COMUNICATO STAMPA 09 Giugno 2016

“Self Control”

Coordinamento donne UST CISL di Reggio Calabria

I “ **venerdì della conoscenza**” del Coordinamento donne della UST CISL di Reggio Calabria, responsabile **Nausica Sbarra**, continuano nell’attuazione di un programma che ha l’obiettivo di dare sempre più possibilità agli attivisti, alle donne, agli associati, argomenti di grande interesse che generano riflessioni e motivi di approfondimento, con conseguente crescita personale. Consapevoli che ogni essere umano ha grandi potenzialità inespresse, è fondamentale stimolare il miglioramento in tutti gli ambiti della nostra vita, sia sindacale che personale e lavorativa. Intrigante questa nuova serie di tre appuntamenti sotto al titolo “**SELF CONTROL**” sicuramente motivante, se riflettiamo un attimo chi di noi non vorrebbe avere un maggiore self control? Per ottenere migliori risultati in determinate situazioni? Gli incontri saranno tenuti dalla psicologa *dott.ssa* **Calabrò Fortunata** e dal segretario della Fit Cisl di Reggio Calabria **Giuseppe Larizza**. Il primo appuntamento **venerdì 10 Maggio 2016** dal titolo “**controllare l’ansia**” dalle ore **16,30 alle 18,00** vedrà impegnata la psicologa *dott.ssa* Calabrò che spiegherà dal punto di vista medico questo malessere diffuso. Mentre Giuseppe Larizza stimolerà l’interazione con i partecipanti con l’obiettivo di valorizzare la comunicazione in tutti i suoi effetti sulla persona e una maggiore conoscenza di noi stessi per affrontare e gestire meglio le cause che danno origine a questa patologia.