



Fondazione
**Centro
per la famiglia**
Cardinal Carlo Maria Martini Onlus
— CONSULTORIO TREZZO SULL'ADDA

FAMIGLIA
E SALUTE
AL CENTRO



Telefono 029090495

#MATURITÀNONTITEMO

Chiamaci e fissa il tuo incontro di gruppo su Skype!

SEI STRESSATO PER LA MATURITÀ? L'ANSIA NON TI MOLLA?

PARTECIPA AI NOSTRI GRUPPI ONLINE SULLA GESTIONE DI ANSIA E STRESS!

Gli esami di maturità da remoto ti preoccupano? Non sai come affrontarli? Il pensiero non ti molla? Hai il fiato corto? Riposi male? Non ti rilassi mai? È tutto normale... l'esame di maturità è un importantissimo rito di passaggio verso l'età adulta e, mai come quest'anno, porta con sé un inevitabile e normale carico di tensione e preoccupazione, fatto confermato anche dalla ricerca dell'Università di Roma che evidenzia un aumento drastico dei vissuti di ansia e stress, e delle sintomatologie psico-fisiche correlate, all'avvicinarsi degli esami.

Ma esiste la soluzione! Come stai facendo didattica da casa, puoi partecipare ai nostri incontri di gruppo (10-15 studenti) online. Condividi con noi le tue emozioni e i tuoi stati d'animo, apprendi nuove strategie per fronteggiare l'ansia e aumentare la tua fiducia in te stesso.

TI ASPETTIAMO... CHIAMACI 029090495 E PARTECIPA AL GRUPPO SKYPE



PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

TELEFONO: 029090495 int. 4

EMAIL: corsi_scuole.trezzo@fondazionemartini.org | SITO: www.fondazionemartini.org