



EMOTIVI ANONIMI

COMUNICATO STAMPA

Emotivi Anonimi festeggiano i 20 anni!

Aosta, 6 marzo 2024

Gli Emotivi Anonimi, gruppi di auto-mutuo aiuto sulla gestione dell'emozione sono nati in Valle d'Aosta il 2 gennaio 2004 e sono il più "anziano" gruppo italiano!

Tutti i gruppi EA valdostani si riuniranno **domenica 17 marzo 2024** per una giornata speciale ad Aosta.

Infatti **alle ore 10 presso la sala Sant'Anselmo, Parrocchia di Saint Martin de Corléans, in Viale Europa 1, la psicologa VALENTINA PIAGGIO** terrà una conferenza dal tema : **"La Comunicazione Efficace"**. Si parlerà di quanto è importante comunicare agli altri ciò che abbiamo da dire, per iniziare una soddisfacente relazione.

Le riunioni EA sono importanti per ottenere o mantenere un sano equilibrio emotivo e un nuovo personale modello di vita che guidi alla serenità anche in presenza di problemi irrisolvibili e ciò avviene grazie allo scambio di aiuto tra gli aderenti, alla possibilità data a tutti di esprimersi nell'ascolto e nell'anonimato e proprio nel silenzio generale. Il programma E.A. si esplica in 12 passi da affrontare in gruppo e naturalmente da elaborare in privato, ognuno con i propri tempi. Non vi sono quote da pagare e i gruppi si gestiscono grazie alle proprie disponibilità.

Poi, nel pomeriggio di **domenica 17 marzo 2024 alle ore 14** sempre nella sala Sant'Anselmo si terrà una riunione di Emotivi Anonimi aperta, avente come tema : **"Come vivo le mie relazioni"**, proprio per far conoscere come avvengono questi incontri che ad Aosta si tengono tutti i martedì alle 20,30 al CSV (per informazioni contattare Michelle 348 156 8550 anche per conoscere le altre tre sedi delle riunioni).

La premessa di ogni riunione, contrariamente a quanto si è purtroppo abituati a fare..... è che non si deve interrompere chi sta parlando, non si devono fare né commenti né domande, non si devono dare consigli, non si discute di politica e di religione, si è esperti solo della propria esperienza, ecc. ecc.!

Le emozioni, frutto diretto dei nostri pensieri, rendono spesso impotenti e incapaci di controllare la propria vita ma da molti anni moltissime persone nel mondo grazie a questo programma hanno ritrovato forza e speranza e desiderano condividere la serenità raggiunta con chi ne ha bisogno e ha deciso di modificare le sue insane abitudini.

Valentina Piaggio, psicologa libera professionista da oltre 20 anni conduce gruppi di sostegno psicologico per le pazienti oncologiche e i loro familiari all'interno dell'ass. Viola e collabora con il Centro di Servizio per il Volontariato per quanto riguarda l'orientamento al volontariato, la formazione dei volontari e la consulenza organizzativa alle organizzazioni no-profit.

VI ASPETTIAMO CON GIOIA!!!

In Valle d'Aosta sono attivi 3 gruppi: due ad Aosta e uno a Aymavilles:

Gruppo di Aosta

c/o CSV Via Xavier De Maistre, 19 – 11100 Aosta

Riunione martedì alle ore 20.30

Gruppo Aperto per Ferie

Via Innocenzo V Papa, 10D – 11100 Aosta

Riunione 1° e 3° Domenica del mese alle ore 17,00

Gruppo Grand Paradis

c/o Sala Consiliare – Municipio

Capoluogo, 27 – 11010 Aymavilles (Ao)

Riunione 2° e 4° mercoledì dalle ore 15.00 alle ore 17.00