

Corpo, Cibo, Emozioni

**GRUPPO DI AUTO AIUTO
SUL SOVRAPPESO E L'ALIMENTAZIONE**



PRATO

**Il Gruppo inizierà martedì 27 ottobre 2009 alle ore 21
e poi ogni martedì dalle 21 alle 23**

**presso la Sede della Società dell'Ascolto
via Campolmi, 5 - Prato**

***La partecipazione è libera e gratuita, ma è necessaria l'iscrizione
ed un eventuale colloquio entro il 24 ottobre e inoltre portare
con sé dei calzini da palestra***

coordinamento dr. Giommi Eugenio

***Per informazioni ed iscrizione telefonare al numero 0574 580943
o inviare una e-mail a: info@ascolto.it, o a [:segreteria@biosistemica.it](mailto:segreteria@biosistemica.it)***



Il Gruppo di auto aiuto e di Collaborazione Reciproca sul sovrappeso, l'alimentazione e le emozioni

Proponiamo un gruppo che permetta la condivisione tra tutti i partecipanti di ciò che accade quando il corpo e l'alimentazione diventano dei nemici e delle difficoltà, invece di essere il modo di sentirsi nel mondo, di accogliere e riconoscere le emozioni, belle e brutte che siano, di gustare ciò che ci sostiene e nutre.

La sofferenza emotiva, l'ansia, la solitudine influenzano la nostra vita, non sempre è facile reagire o modificare situazioni difficili o problematiche. Non sempre è possibile darci il sostegno e l'apprezzamento di cui avremmo bisogno né cercarlo dagli altri. Per molti di noi questo diventa una spinta a mangiare e così allentare, anche per un po' di tempo, le tensioni che nel corpo e nell'anima si avvertono.

I partecipanti aderiscono ai principi e alle regole proposti dalla Associazione Società dell'Ascolto e relative all'ascolto e alle relazioni all'interno del Gruppo.

L'Associazione chiederà la partecipazione di altri professionisti come consulenti ed animatori del gruppo su temi diversi.