

**L'AVVENTURA DELLA VITA:
IN VIAGGIO TRA LE PAROLE**
Laboratorio di scrittura autobiografica



VARESE, NOVEMBRE 2021 – GIUGNO 2022

**10 INCONTRI
60 ORE DI FORMAZIONE E LABORATORI PRATICI**

***“Il bisogno di raccontarsi è una costante della nostra esistenza.
Arriva il momento in cui raccontare la propria storia diventa una necessità.
non si tratta solo di affidare le proprie memorie a un foglio di carta o a una pagina elettronica; scrivere
di noi e della nostra vita passata sollecita una maturazione interiore”
(D. Demetrio)***

L'AVVENTURA DELLA VITA: IN VIAGGIO TRA LE PAROLE

Laboratorio di scrittura autobiografica

**Cercheremo insieme le parole per raccontare di noi, della nostra vita.
Sarà un viaggio tra emozioni e scrittura, ripercorrendo le stagioni dell'esistenza.**

Si tratta di un percorso dedicato alle donne e agli uomini di ogni età che desiderano avvicinarsi alla narrazione di sé, del proprio mondo interiore e della propria esistenza nelle sue tante manifestazioni.

Nel tempo breve degli incontri, in una atmosfera raccolta, con carta e penna, si cercherà di ritrovare quel prezioso tempo per sé stessi che le incombenze della vita quotidiana spesso ci sottraggono. Assaporeremo letture e riflessioni, dedicandoci alla scrittura di noi e condividendo ricordi e pensieri; le scritture individuali potranno diventare una pratica da continuare nel tempo ed essere condivise nel gruppo, in un processo di rispecchiamento e di confronto..

Ci avvicineremo, in questo modo, all'arte dell'autobiografia, sperimentandone il metodo e provando a ricostruire parte della nostra storia personale. Il racconto di quanto siamo andati intrecciando durante l'esistenza sarà l'occasione per riflettere su di noi, coltivando una maggiore consapevolezza e conoscenza di ciò che siamo; inoltre, grazie a questo percorso generativo, ci apriremo anche a nuove progettualità provando ad immaginare i nostri giorni futuri. Scopriremo che la scrittura autobiografica può aiutare, attraverso la memoria e la narrazione, a costruire un senso agli episodi che abbiamo vissuto e a leggerci un disegno che, forse, prima ci era sfuggito.

Il filo conduttore del nostro lavoro sarà la metafora del viaggio: siamo tutti in cammino nel percorso della vita, tutti sperimentiamo partenze, soste, accelerazioni, incontri e paesaggi. Cercheremo le parole, ciascuno le sue, per raccontare questa grande avventura!

Conduttrice: Barbara Calaba, pedagoga, counsellor, mediatrice familiare, esperta in metodologie autobiografiche e docente presso LUA (Libera Università dell'Autobiografia di Anghiari)

Quando:

- 20/11/2021
- 11/12/2021
- 15/01/2022
- 12/02/2022
- 12/03/2022
- 02/04/2022
- 30/04/2022
- 14/05/2022
- 28/05/2022
- 25/06/2022

Orario: 9.30-13.00 14.30-17.00

Dove: Varese – Via Indipendenza 3

Per informazioni e iscrizioni: auris.varese@gmail.com – tel. 3486109268