

MARTEDÌ 13 OTTOBRE 2015

ORARIO: 18.00 - 20.00

**CASCINA BRANDEZZATA
MILANO, VIA RIPAMONTI 428**



PAROLE EVOLUTE. ESPERIENZE E TECNICHE DI SCRITTURA TERAPEUTICA.

COS'E' LA SCRITTURA TERAPEUTICA

La scrittura è un viaggio interiore che offre la possibilità di ascoltarsi e conoscersi meglio. E' un lavorare su se stessi per aprirci al mondo con meno conflittualità attraverso le proprie emozioni per farne un punto di forza. e di sostegno Si vuole superare la paura dell'imprevedibilità che di norma accompagna il percorso della scrittura come conoscenza di sé, imparando ad osservarsi dal di fuori e a giocare con se stessi in questa trasposizione. Si tratta d'imparare a parlare di emozioni e sentimenti senza sentirsi giudicati .Riconoscere nella storia dell'altro analogie con la propria, condividere anche una sofferenza e diventarne più consapevoli. Costruire il nostro se aiutandoci ad intravedere nuove strade di consapevolezza, orizzonti che non conoscevamo.

Marinella Scarpante (Sonia)

è nata a Milano nel 1958. Dopo aver conseguito la maturità scientifica si è laureata in Architettura al Politecnico di Milano e successivamente specializzata in Design e Architettura d'interni (IED).

Nel 2003, dopo una malattia oncologica, ha pubblicato il suo primo libro, *Lettere ad un interlocutore reale*. Il mio senso, a cui ha fatto seguito *Mi sto aiutando* con prefazione di U. Veronesi e *Un fiore nella mia anima* con prefazione di Saverio Cinieri, Presidente dell'associazione "La cura di sé" collabora con riviste di tipo sociologico e partecipa a convegni nazionali sul tema della cura e della scrittura come Cura di sé, oltre ad occuparsi di formazione come Counselor Trainer e come docente di corsi di scrittura presso eventi culturali diversi.

Con l'Associazione Culturale "Le Griots", gruppo teatrale di donne che hanno vissuto l'esperienza del cancro, ha partecipato a progetti con cui poter perseguire finalità culturali e di sostegno ai malati, facendo espresso riferimento alla narrazione delle proprie esperienze.

Tra le pubblicazioni vanno menzionate una raccolta di racconti, *All'ombra del Vesuvio* (2008), due raccolte di poesie, *Tracce* e *Le dimensioni perdute, Non avere paura. Conoscersi per curarsi* (San Paolo ed. 2010), *Storia di Maura. La straordinaria amicizia tra due donne. La forza terapeutica della scrittura* (2012), *La scrittura terapeutica* (2013).

www.lacuradise.it | www.soniascarpante.it



Donna ora! direttamente online
www.fondazione.luvi.org
oppure scopri altri modi per aiutarci

Fai una donazione alla Fondazione Lu.V.I. Onlus: sosterrai così la creazione di borse di studio per lo studio e la ricerca nelle Cure Palliative presso il **Centro Universitario Interdipartimentale per le Cure palliative.**