



ISTITUTO DI PSICOSINTESI

Fondato da Roberto Assagioli APS

CENTRO DI VARESE

Via Rienza 2 - 21100 Varese - Rione San Fermo

PROGRAMMA INVERNALE 2026

INCONTRI APERTI A TUTTI

15.1.26 ore 20.45

Il Potere dell'attenzione – Margherita Fiore

Impariamo a portare attenzione al momento presente, osservando pensieri, emozioni e sensazioni senza giudizio. Impareremo a gestire lo stress e l'ansia e conquisteremo una maggiore chiarezza mentale.

29.1.26 ore 20.45

Laboratorio di Biblioterapia:

L'arte della fragilità – Raffaella Realini

La Biblioterapia è uno strumento che utilizza la lettura come strumento di benessere e crescita personale.

12.2.26 ore 20.45

Le funzioni Psiciche – Patrizia Bonacina

Per sviluppare una personalità integrata è essenziale un buon rapporto con le singole funzioni psicologiche cioè con le competenze e le facoltà della Psiche.

26.2.26 ore 20.45

Semi di pace – Suggestioni ispirate da scritti di R. Assagioli – Margherita Balbiano

Assagioli suggerisce che la pace è una tensione profonda dell'essere umano che richiede uno sforzo consapevole: "va voluta" affinché diventi uno stile di vita.

12.3.26 ore 20.45

Riflessioni sull'amicizia - Margherita Fiore

A differenza delle relazioni familiari, l'amicizia è una scelta volontaria, un rapporto alla pari basato sulla reciprocità di sentimenti e interessi. Resiste al tempo, alla distanza e al silenzio.

100 anni di Psicossintesi - Ieri, Oggi, Domani

Evento per ricordare la fondazione dell'Istituto di Psicossintesi e onorare la figura del suo fondatore Roberto Assagioli.

Racconti del passato, progetti del presente, prospettive e visioni future della Psicossintesi in Italia e nel mondo.

21 marzo 2026 - Ore 14.30 - 18.30 - Salone dei Matrimoni Palazzo Estense Varese

Per informazioni varese@psicosintesi.it - Cell. +39 39229 29576

www.psicosintesi/centri/varese

CORSI PER SOCI

Tutti coloro che sono interessati alla propria crescita personale possono diventare soci dell'Istituto di Psicosintesi. Il costo dell'associazione per l'intero anno solare è di 35 euro.

Dal Subire al Potere

Con la Psicosintesi per l'armonia della vita, guariamo dai vari mali che ci affliggono e troviamo libertà, creatività, potere ...

Settimanale a partire dal 12 gennaio
3 incontri di lunedì (12,19, 26 gennaio) ore 18.30 - 20
Chiara del Nero

Impariamo ad esplorare il nostro sub-cosciente

Iniziamo a conoscere le nostre parti sub-coscienti e ad armonizzarle per divenire consapevoli delle nostre scelte

Settimanale a partire dal 13 gennaio
3 incontri di martedì (13, 20, 27 gennaio) ore 18.00 - 20
Patrizia Bonacina

Il potere dell'attenzione

Essere attenti significa essere giusti con sé stessi e con gli altri. Un percorso per sviluppare questa attitudine che si sta perdendo.

Settimanale a partire dal 9 febbraio
3 incontri di lunedì (9,16, 23 febbraio) ore 20.30 - 22.30
Margherita Fiore

Pratica di meditazione per principianti

La meditazione è un processo fatto di molte tappe il cui fine è la trasformazione di sé stessi e la creazione di giusti e retti rapporti tra gli uomini.

Quindicinale a partire dal 5 marzo ore 18.30 - 20
5 incontri di giovedì ore 18.30 - 20
Lina Malfiore

Il Cielo in noi

Corso di approfondimento rivolto a quanti hanno frequentato il corso introduttivo e desiderano proseguire il percorso dedicato all'astrologia quale simbolo degli archetipi della coscienza umana.

Quindicinale a partire dal 24 Marzo
4 incontri di martedì ore 20.30 - 22
Giuliana Pellizzoni e Margherita Zoni

Approfondimento di articoli della Rivista di Psicosintesi

Riflessioni e condivisione di articoli scelti dai partecipanti

Quindicinale a partire dal 23 gennaio
Incontri singoli di venerdì (23 gennaio, 20 febbraio e 20 marzo) ore 17.15 - 19
Patrizia Bonacina

SEMINARI PER SOCI

Cerchio nel mondo dei simboli

Ogni simbolo racchiude un mondo ed è una porta che conduce al mistero di chi siamo.

Sabato 7 Marzo dalle 10 alle 18
Petra Guggisberg

Comunicare bene per vivere meglio

Il modo in cui comunichiamo non è solo una capacità esterna, ma un riflesso del nostro mondo interiore.

3 incontri di sabato ore 14.30 - 17.30
14 e 28 Febbraio - 11 Aprile
Tiziana Crespi e Laura Cafagna

LEGENDA

ARANCIONE - non è richiesta alcuna conoscenza di Psicosintesi

VERDE - consigliata conoscenza dei principi base di Psicosintesi

INDACO - buona conoscenza dei principi base di Psicosintesi

Per informazioni varese@psicosintesi.it - Cell. +39 39229 29576

www.psicosintesi/centri/varese