

Anno IV n.19 - novembre / dicembre 2019

Bimestrale gratuito curato dai volontari dell'associazione

Erga Omnes diventa Ente del Terzo Settore

L'Associazione di volontariato Erga Omnes diventa "Ente del Terzo Settore – Organizzazione di volontariato", seguendo la legge 106 del 2016 che ha abrogato la legge 266 del 1991, legge storica sul volontariato, dando così, ha detta del legislatore, un riordino, raggruppando in un solo testo tutte le tipologie di quelli che da ora in poi si dovranno chiamare Enti del Terzo settore (Ets). Ecco le tipologie coinvolte: organizzazioni di volontariato (che dovranno aggiungere Odv alla loro denominazione); associazioni di promozione sociale (Aps); imprese sociali (incluse le attuali cooperative sociali), per le quali si rimanda a un decreto legislativo a parte; enti filantropici; reti associative; società di mutuo soccorso; altri enti (associazioni riconosciute e non, fondazioni, enti di carattere pri-

vato senza scopo di lucro diversi dalle società). Erga Omnes, quale Ente del Terzo settore sarà obbligata all'iscrizione al Registro unico nazionale del Terzo settore, che sostituirà tutti i registri esistenti. Il Registro avrà sede presso il ministero delle Politiche sociali, ma sarà gestito e aggiornato a livello regionale. Con l'iscrizione al registro, saremo tenuti al rispetto di vari obblighi riguardanti la democrazia interna, la trasparenza nei bilanci, gli eventuali rapporti di lavoro ed i relativi stipendi, l'assicurazione dei volontari, la destinazione degli eventuali utili, ecc. (aspetti che già dalla vecchia legge da noi venivano valutati e definiti). Ma potranno accedere anche a una serie di esenzioni e vantaggi economici previsti dalla riforma: incentivi fiscali maggiorati (per le associazioni, per i donatori e per gli investitori nelle imprese

sociali), di risorse del nuovo Fondo progetti innovativi, di lancio dei "Social bonus" e dei "Titoli di solidarietà". Senza contare che diventano per la prima volta esplicite in una legge alcune indicazioni alle pubbliche amministrazioni: come cedere senza oneri alle associazioni beni mobili o immobili per manifestazioni, o in comodato gratuito come sedi o a canone agevolato per la riqualificazione; o incentivare la cultura del volontariato (soprattutto nelle scuole); o infine coinvolgere gli Ets sia nella programmazione che nella gestione di servizi sociali, nel caso di Odv e Aps, "se più favorevoli rispetto al ricorso al mercato".

Un passo importante, come tutte le leggi c'è il lato positivo ed il lato negativo, Erga Omnes si configura da subito facente parte di una grande e faticosa riorganizzazione.

Pasquale Elia

Presidente dell'Associazione di volontariato Erga Omnes



IN QUESTO NUMERO

"Aspiespressivo... e non solo. Per aprirsi alla relazione" - pag. 2

Al presidente di Erga Omnes il Premio alla Cultura - pag. 3 // Pescara si tinge di ROSA - pag. 4

La Camminata della Salute all'Università d'Annunzio, iniziativa contro il tumore al seno - pag. 5

GRAFENE: materiale del futuro? - pag.6 // Il cambiamento: la legge universale della vita - pag. 7

"Aspiespressivo... e non solo. Per aprirsi alla relazione"

E' partito Lunedì 16 Settembre "Aspiespressivo... e non solo", progetto, attuato grazie al finanziamento dell'Università G. d'Annunzio, proposto ed attivato dall'associazione Erga Omnes con il patrocinio di numerosi enti ed istituzioni.

Si svolge nella sede operativa in via Monte Grappa n.176 a Chieti Scalo, tutti i lunedì, fino a metà Dicembre e gli incontri vengono gestiti dal regista Antonio Tucci. Il gruppo che ha deciso di partecipare a questa avventura è composto da ragazzi tra i 18 ed i 30 anni, studenti universitari e ragazzi con disabilità (autismo, sindrome di Williams, sindrome di Asperger) universitari e non. Con loro è stato intrapreso questo percorso teatrale, volto alla socializzazione ed all'inclusione, ma soprattutto allo sviluppo e/o accrescimento delle abilità personali e di cooperazione, oltre che a valorizzare l'individuo nella propria unicità. Tutto ciò attraverso lo sviluppo di conoscenze sulla comunicazione teatrale ed attraverso l'uso del corpo e della gestualità, principale modalità di espressione in ambito teatrale. Proprio attraverso questa si ha l'obiettivo di giungere allo sviluppo di capacità espressive della propria personalità, emotività e creatività.

Ad agevolare ed affiancare questo percorso sono presenti, durante ogni incontro, la supervisione delle psicologhe volontarie dell'associazione che offrono il loro supporto all'intero gruppo.

Grotowski affermava: "Il teatro non è indispensabile, serve ad attraversare le frontiere tra te e me", fare teatro è sia un viaggio introspettivo per l'attore sia un viaggio nell'altro e nella storia che racconta per lo spettatore, questo progetto vuole superare completamente le frontiere che separano questi due elementi e porre i partecipanti della relazione teatrale in un continuum di emozioni, sensazioni e pensieri. I nostri ragazzi, attraverso uno spettacolo finale che si terrà a Dicembre presso l'Università, proveranno a raccontare una storia che contiene un po' di loro ed un po' di tutti noi, fornendo allo spettatore una chiave di lettura fondamentale per affacciarsi con più naturalezza al mondo della neurodiversità ed in generale al mondo dell'altro.

Rossella Andria



Al presidente di Erga Omnes il Premio alla Cultura

Ut Pictura Poesis 2019

Caffè Letterario Le Murate



Il

comitato scientifico di Irdi Destinazione Arte, e la giuria, presieduta dal professor Massimo Pasqualone, e composta da Alice Di Francescantonio, Simona Veresani, Maria Basile, Teresa Pezzi, Maria Teresa Antonarelli, Daniela D'Alessandro, Monica Ferri, Mariagrazia Genova, Sara Caramanico, hanno consegnato 16 premi alla Cultura (per l'arte, la musica, il sociale e la solidarietà), in occasione del Premio internazionale "Ut pictura poesis" città di Firenze, edizione 2019, a Firenze, il 13 ottobre, nella suggestiva cornice del caffè letterario "Le Murate". A rappresentare il Comune di Firenze al Premio era presente il Dott. Nicola Armentano.

sente il Dott. Nicola Armentano.

Tra i premiati Pasquale Elia, psicologo e formatore, di origini calabresi, ma teatino d'adozione, fondatore e presidente dell'associazione "Erga Omnes", dal 2011 molto attiva a Chieti, in Abruzzo ed in progetti all'Estero, nel campo del sociale, soprattutto a favore dei meno abbienti.

L'Associazione Erga Omnes è formata da studenti ed ex studenti della d'Annunzio, in sede e fuori sede, oltre ad accogliere volontari non studenti o non laureati maggiorenni e con tanta voglia di mettersi in gioco a favore del sociale, con un forte spirito di cittadinanza attiva. Erga Omnes ha ricevuto vari riconoscimenti da parte di enti ed istituzioni, oltre all'encomio da parte del Presidente della Repubblica.

Il Premio consegnato al Presidente Pasquale Elia rimarca l'impegno per il sociale ed elogia i vari servizi offerti dall'Associazione all'interno della sede operativa in Via Monte Grappa n. 176 a Chieti Scalo, oltre alle varie collaborazioni con enti, associazioni ed istituzioni.



Pescara si tinge di ROSA



Dal 20 al 22 settembre Pescara ha ospitato la Race for the Cure, la più grande manifestazione per la lotta ai tumori del seno in Italia e nel mondo. L'evento è organizzato dall'Associazione Susan G. Komen Italia che utilizza i fondi raccolti dal progetto per realizzare programmi di prevenzione a sostegno delle donne.

Nei tre giorni di sport, salute e solidarietà, presso il Villaggio della Salute, allestito in piazza della Rinascita, ci sono stati consulti medici, prestazioni specialistiche gratuite, laboratori di benessere, fitness e alimentazione, conferenze; domenica 22, invece, l'evento si è concentrato sulla corsa di 5 km e la passeggiata di 2 km nel centro cittadino.

L'Associazione Erga Omnes ha partecipato attivamente alla tre giorni ed ha avuto modo di presentare ulteriormente il progetto, in corso, grazie al contributo della stessa Komen: "Pink care & empower yourself: attiviamoci per ascoltare, prevenire e sostenere", rivolto a tutta la cittadinanza, oltre che a tutte le persone che sono state direttamente o indirettamente toccate dalla patologia: pazienti, familiari, amici.



La Camminata della Salute all'Università d'Annunzio, iniziativa contro il tumore al seno

L'associazione Erga Omnes, in collaborazione con l'A.S.D. Effefit, l'associazione studentesca 360 gradi, l'associazione studentesca Azione Universitaria ed il Circolo ricreativo universitario

C.R.A.D., ha organizzato: **"Pink Walk – Camminata della salute. Muovi i tuoi passi nella prevenzione del tumore al seno"**.

L'evento si è svolto **venerdì 25 Ottobre 2019**, presso il Campus Universitario di Chieti. L'iniziativa, ad accesso libero e gratuito, era rivolta non solo agli studenti, ai docenti ed ai dipendenti universitari ma a tutta la cittadinanza, è parte del progetto "Pink care & empower yourself: Attiviamoci per ascoltare, prevenire e sostenere", realizzato grazie ad un contributo offerto dalla Susan G. Komen Italia onlus", con l'obiettivo di contrastare, attraverso attività di informazione, educazione e sensibilizzazione, il crescente aumento dei casi di neoplasia

mammaria sul territorio abruzzese e di offrire supporto a pazienti e famiglie che si trovano a dover fronteggiare tale problematica.

Simone Masci, studente di Medicina, rappresentante di Azione Universitaria: *"Abbiamo accolto, con piacere, l'invito a partecipare a questa importante iniziativa ideata dall'Associazione Erga*

strati 2000 casi in meno di diagnosi di tumore secondo l'AIOM, il cancro alla mammella rimane la più frequente patologia tumorale in Italia con ben 53500 nuovi affetti solo nel 2019; eppure, si attesta un costante incremento delle persone che sopravvivono alla diagnosi e questo dato non può che porre l'accento sull'importanza che riveste la prevenzione, il follow-up e la riabilitazione nella lotta al tumore al seno. Noi dell'Associazione 360Gradi non possiamo esimerci dall'offrire il nostro contributo per mantenere vivo l'interesse alla tematica ed è per questo che abbiamo aderito con gioia all'iniziativa "La Camminata della Salute" dell'Associazione Erga Omnes".

Pasquale Elia, Presidente Erga Omnes: *"La camminata è stata un'importante iniziativa simbolica che ha visto la partecipazione delle associazioni studentesche, tutti uniti verso un obiettivo comune cioè sensibilizzare gli studenti universitari e la cittadinanza intera, oltre a coinvolgere coloro che vivono direttamente o indirettamente con la patologia (donne in rosa, familiari, caregiver, amici)".*



Omnès. La prevenzione è uno dei più importanti strumenti che abbiamo a disposizione per la lotta contro il tumore al seno, motivo per cui non si può prescindere da un'adeguata sensibilizzazione e presa di coscienza di tutti noi". **Lorenzo Battestini**, studente di Medicina, rappresentante di 360 Gradi: *"Nonostante nell'ultimo anno si siano regi-*

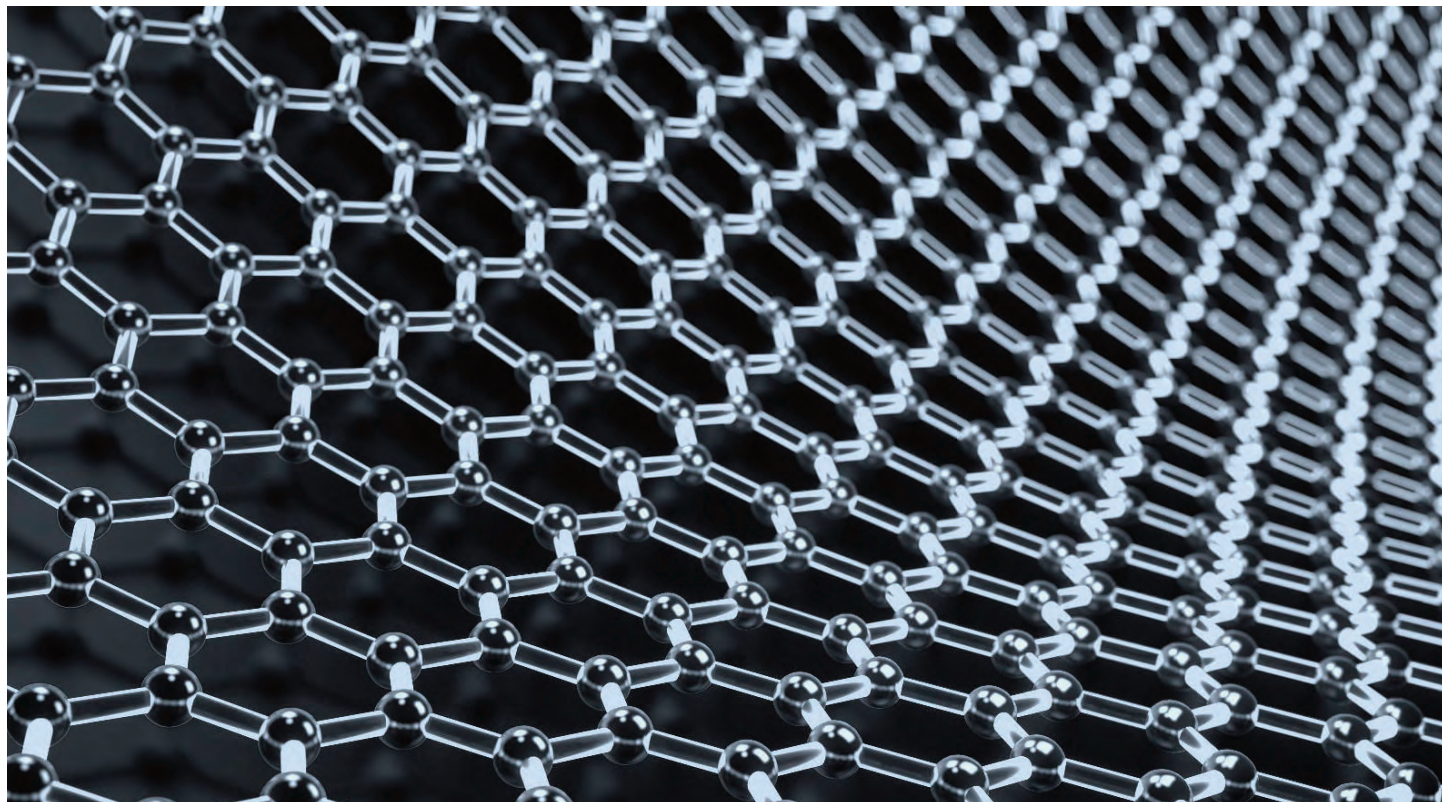


GRAFENE: materiale del futuro?

Nel 2004 due scienziati russi Andrej Gejm e Konstantin Novosëlov dell'università di Manchester, cercando di ottenere in laboratorio strutture molto sottili di grafite, scoprirono per caso un nuovo materiale: il grafene. Fu una grande scoperta che valse ai due scienziati il premio Nobel per

ma una piuttosto significativa, secondo i risultati sul "Nature Nanotechnology" dell'Università di Manchester, è che sarebbe possibile filtrare mediante il grafene l'acqua marina per renderla potabile. Davanti a questo "materiale delle meraviglie" l'Unione Europea non è stata a guardare e ha messo a disposizione un miliardo di euro per un progetto di nome "Graphene Flagship" per studiare le sue potenziali applicazioni. Nel 2013 l'università ame-

gli osteoblasti (osso) o gli adipociti (grasso) e a basse dosi le nanoparticelle di grafene sono sicure per le applicazioni biomediche. La tossicità del grafene resta comunque un territorio piuttosto inesplorato e questo argomento è da valutare con attenzione, visto che presto questo materiale sarà molto comune. In passato puntare su energie da fonti non rinnovabili come il carbone e il petrolio è stato un grande errore, come la rivoluzione della pla-



la fisica nel 2010. Il materiale presenta un reticolo a celle esagonali ed è costituito da strati di atomi di carbonio dello spessore di un singolo atomo, quindi è davvero un oggetto molto sottile! Le sue proprietà sono incredibili, infatti ha una resistenza meccanica superiore a quella dell'acciaio, ma è estremamente flessibile, leggero e trasparente. A temperatura ambiente è anche un ottimo conduttore elettrico, tuttavia se a un foglio di grafene viene sovrapposto un altro sfasato per una leggera rotazione (detto angolo magico) la struttura diventa isolante. In questi anni gli studi si stanno concentrando sulla produzione di oggetti quotidiani, che con l'aggiunta di una quantità di grafene diventano ad alto contenuto tecnologico, ad esempio inserendolo in una maglietta si può controllare il battito cardiaco durante l'attività fisica. Una batteria a grafene dura di più di quelle al Litio, si ricarica in breve tempo e con costi di produzione più accessibili. Si possono elencare molte altre applicazioni di questo nuovo materiale,

ricana, la Brown University si era messa ad indagare sulla pericolosità del grafene e i risultati non sono stati molto confortanti. La ricerca dichiarava che i bordi frastagliati del grafene possono facilmente perforare le membrane cellulari, permettendo di entrare nella cellula ed interrompere la normale funzione (articolo: "Graphene microsheets enter cells through spontaneous membrane penetration at edge asperities and corner sites"). Come spiegava Agnes Kane, ricercatrice del dipartimento di Patologia e Medicina di Laboratorio della Brown University, questa scoperta può essere utile per trovare modi per ridurre al minimo il potenziale di tossicità del grafene, essendo un materiale artificiale. Nel 2016 una ricerca presso la Stony Brook University (articolo "Toxicology of Graphene-Based Nanomaterials") ha dimostrato che nanoparticelle di grafene a concentrazioni fino a $50 \mu\text{g} / \text{ml}$ non sono dannose. Queste nanoparticelle non alterano la differenziazione delle cellule staminali del midollo osseo umano verso

stica negli anni Sessanta che oggi sta diventando il nostro peggior incubo. Restano comunque evidenti le potenzialità di questo nuovo materiale, le sue proprietà sono straordinarie e potrebbero cambiare il mondo in meglio, ma risulta necessario incentivare la ricerca per far chiarezza sulla pericolosità del grafene e i suoi possibili effetti sull'uomo e l'ambiente. ci, nonostante tutto.

Andrea Angelucci



Il cambiamento: la legge universale della vita

Negli ultimi anni la parola "cambiamento" è una delle più utilizzate al mondo: basta effettuare una ricerca su Google, il motore di ricerca più noto agli esperti di informatica e più utilizzato dalle persone che si occupano di altri settori, per verificare la presenza di circa 49.500.000 risultati.

Ogni giorno leggiamo sulla stampa e sui social network questo termine e ogni giorno guardiamo programmi televisivi in cui si parla di "cambiamento climatico", di "governo del cambiamento", di "psicologia del cambiamento", di "cambiamento di paradigma", di "ciclo emotivo del cambiamento". La parola "cambiamento" ha un vasto campo semantico che ne richiama altre simili come: mutamento, miglioramento, metamorfosi, riforma, novità, alterazione, trasformazione, evoluzione, variazione, innovazione, modificazione. Le sfumature di significato tra questi vocaboli sono evidenti come è evidente che nella lingua italiana non esistono i sinonimi. Ognuno ha la sua idea originale di cambiamento e ognuno attribuisce a tale termine un significato soggettivo. Ma che cos'è davvero il cambiamento?

Immagina di passeggiare nella natura in una bella giornata d'autunno. Le foglie degli alberi dipingono i sentieri con i loro caldi colori e un piacevole vento avvolge il tuo corpo. Intorno a te puoi osservare il paesaggio che cambia e ascoltare il cinguettio degli uccelli che volano di ramo in ramo. Mentre sei immerso in questa sublime atmosfera inizi a riflettere sulla bellezza e sul senso profondo di questa stagione che porta con sé molti cambiamenti. L'autunno è il periodo dell'anno che regala spettacoli naturali incantevoli. E' il momento in cui, dopo l'estate, inizia un nuovo anno accademico e scolastico, una nuova fase della vita professionale, un nuovo campionato sportivo.

All'improvviso un pensiero affiora nella tua mente: "Panta rei". "Tutto scorre".

Resti in silenzio per un attimo e poi ti accorgi che questo celebre aforisma attribuito ad Eraclito di Efeso, filosofo vissuto tra il V e IV secolo a.c., rivela la legge universale della vita: il cambiamento.

Da sempre l'uomo ha bisogno di sicurezza e s'illude di vivere in un mondo che non cambia mai.

Crede nell'immutabilità della realtà anche se il mondo circostante dimostra continuamente l'esatto contrario. Il cambiamento è un processo naturale che coinvolge tutto ciò che esiste nell'Universo. Dalle rocce che vengono erose dalle intemperie alle forze che influenzano il

campo magnetico del nostro pianeta e le altre galassie; dal seme che diventa fiore al bruco che diventa farfalla. Esso investe sia la materia organica che quella inorganica e può essere definito come il mutamento dinamico di un equilibrio.

La nostra stessa esistenza è frutto di un costante mutamento che inizia dal momento in cui avviene l'atto d'amore tra due persone e prosegue nel grembo materno dove accade la prima "magia" e si forma il nostro primo organo: il cuore. Con il passare del tempo avvengono altri mutamenti che consentono lo sviluppo del cervello, degli altri organi e della rete neurale del bambino che un giorno diventerà adulto. La crescita è un processo che implica necessariamente il cambiamento biologico e fisiologico del nostro corpo e del nostro cervello: ogni giorno miliardi di cellule continuano a rigenerarsi e nel nostro sistema nervoso si creano nuove sinapsi.

Tutto accade grazie a piccoli ma signifi-



cativi cambiamenti che avvengono a livello chimico, fisiologico ed energetico di cui non ne siamo consapevoli. Oggi sembriamo essere le stesse persone che eravamo ieri ma, a ben guardare, siamo diversi anche da ciò che eravamo un attimo fa: in poco tempo è cambiato il flusso dei nostri pensieri, il nostro stato d'animo, il nostro respiro e persino il nostro modo di esprimerci mediante il linguaggio verbale, la postura e la gestualità.

Il cambiamento coinvolge ogni aspetto della nostra vita anche se a volte facciamo fatica ad accettarlo. La resistenza psicologica ad esso è dovuta principalmente a due motivi: il primo è la paura dell'ignoto in quanto l'essere umano, per sua natura, tende a rifuggire dall'incertezza; il secondo è la paura di commettere errori e di non poter tornare indietro.

Queste due paure possono limitare fortemente la nostra capacità di uscire dalla "zona di comfort", di fare nuove esperienze e di guardare la realtà da punti di vista diversi.

Molto spesso preferiamo rimanere nella nostra situazione anche se non ci fa stare bene piuttosto che prendere una decisione e passare all'azione per cambiare la nostra vita. E così, anche se sappiamo che alcune amicizie e relazioni sentimentali

ora non fanno più per noi, ci ostiniamo a portarle avanti. E sai perché? Per il timore di cambiare. Speriamo che accada qualche evento che modifichi la realtà mentre ci facciamo mille domande e immaginiamo scenari assurdi che, probabilmente, non si verificheranno mai. Speriamo che prima o poi ci venga regalata una bacchetta magica che risolve tutti i nostri problemi invece di comprendere che il vero "mago" siamo noi. Solo noi abbiamo il potere di trasformare la nostra vita. Come? Cambiando i nostri pensieri, le nostre convinzioni profonde, i nostri comportamenti. Sicuramente non è facile percorrere da soli un sentiero sconosciuto ma con l'aiuto ed il supporto di un Mental Coach e di un Trainer di Programmazione Neuro Linguistica (PNL) ciò diventa possibile. Questi due professionisti, infatti, sono dei "facilitatori del cambiamento" che affiancano le persone che vogliono modificare qualche aspetto della propria vita personale o professionale.

Il vero cambiamento parte da dentro di noi, anche se spesso lo dimentichiamo. Come afferma il Dott. Raffaele Morelli, noto psicoterapeuta e saggista: "Tutti i cambiamenti importanti nascono da te, dal tuo lato nascosto e misterioso che racchiude una grande energia vitale". Dunque, bisogna imparare ad ascoltare la parte più profonda del nostro essere e ad agire in modo da rispettare i nostri valori, la nostra personalità e le nostre ambizioni.

La vita ci sorprende ogni giorno e ogni giorno ci mette dinanzi a cambiamenti improvvisi che non avevamo previsto. Una telefonata, una email inaspettata o un incontro casuale possono modificare il corso dei nostri progetti e mettere in discussione ciò in cui abbiamo creduto finora.

A volte reagiamo positivamente accettando quanto è accaduto, altre andiamo in crisi e non sappiamo cosa fare. La crisi rappresenta un momento critico ma è anche un'opportunità per riflettere e rispondere ad alcune domande fondamentali quali: "Cosa voglio davvero?", "Cosa mi fa stare bene?", "Con quali persone desidero condividere la mia vita?". La parola "crisi" deriva dal greco "κρίσις" che vuol dire "decisione": ciò significa che nel momento in cui ti trovi davanti ad un bivio devi decidere quale strada prendere. E se decidi di restare fermo hai fatto comunque una scelta. In altre parole, non puoi non decidere!

E' importante comprendere che la crisi è una fase del processo del cambiamento e che è un dono che può portare alla trasformazione di noi stessi.

segue a pag. 8

Per poter gestire un'eventuale crisi e superare gli ostacoli che si presentano davanti bisogna essere resilienti.

La resilienza è la capacità di un sistema di adattarsi ai cambiamenti. Questa parola nella tecnologia dei materiali indica la resistenza a rottura per sollecitazione dinamica e rappresenta il contrario della fragilità. Etimologicamente il termine deriva dal latino "resalio" e significa "saltare indietro, rimbalzare": esso veniva utilizzato per descrivere il gesto di risalire su un'imbarcazione che era stata capovolta dalla forza del mare. In psicologia e nell'ambito della crescita personale la resilienza è la capacità di far fronte alle difficoltà e di resistere nonostante le avversità.

Alcuni studiosi hanno proposto un suggestivo collegamento tra il significato originario di "resalio" e l'attuale significato che la resilienza ha nel campo psicologico: entrambi sottolineano l'atteggiamento fisico e mentale di continuare ad andare avanti anche quando ci sono delle criticità. Una persona resiliente tende a "leggere" gli eventi negativi come momentanei e passeggeri; crede fortemente in se stessa, nelle proprie capacità di gestire il proprio stato d'animo e di controllare parte dell'ambiente esterno; persiste nel raggiungimento dei propri obiettivi e accetta il cambiamento come una legge naturale che governa l'esistenza.

Quando si decide di cambiare è necessario che ci sia davvero la volontà di modificare lo status quo e di utilizzare tutte le risorse interiori ed esteriori che si possiedono. Bisogna valutare accuratamente le possibili conseguenze a cui si va incontro e poi assumersi la responsabilità delle proprie azioni. Cambiare non equivale sempre a migliorare, ma per migliorare è necessario cambiare. Per questo inizia a riflettere sulla tua vita e chiediti cosa vuoi davvero migliorare, poi inizia ad andare in quella direzione. È importante passare all'azione perché, come ci ricorda Martin Luther King, anche se non sei responsabile per la situazione in cui ti trovi, lo diventerai se non fai nulla per cambiarla.

Un noto proverbio popolare ci ricorda che "chi lascia la strada vecchia per quella nuova sa quel che lascia ma non sa quel che trova". Solitamente viene interpretato in termini negativi scoraggiando la persona ad intraprendere un nuovo cammino. E se, invece, trovi qualcosa di più emo-



ERGANEWS

la voce dei volontari

Anno IV n.19 - novembre / dicembre 2019

Bimestrale gratuito curato dai volontari dell'associazione Erga Omnes Onlus

In redazione: Rossella Andria, Andrea Angelucci, Annarita Di Paolo, Pasquale Elia

Grafica e impaginazione: Centro di Servizio per il Volontariato della provincia di Chieti (Mario D'Amicodatri)

Associazione di volontariato
ERGA OMNES

Sede legale: c/o CSV Chieti,

Via dei Frentani 81, 66100 Chieti

Sede operativa: Via Monte Grappa 176

Chieti Scalo (C.da San Martino)

Tel. 0871 450291 - 329 8263353

E-mail: info@erga-omnes.eu

Sito web: www.erga-omnes.eu



Erga Omnes



@ErgaOmnes



ergaomneschieti



Vuoi proporci un articolo o avere maggiori informazioni sul nostro bimestrale? Scrivici: info@erga-omnes.eu



zionante o qualcuno più affascinante che fa vibrare le meravigliose corde del tuo cuore? Ci hai mai pensato? Beh, se non l'hai ancora fatto è ora di prendere in considerazione anche questa alternativa! Potresti avere delle belle sorprese.

Il cambiamento può essere vissuta come un'esperienza difficile o come un affascinante viaggio alla scoperta di noi stessi e di nuovi orizzonti. Possiamo continuare a credere nell'immutabilità di ciò che ci circonda e delle persone con cui ci relazioniamo ogni giorno oppure possiamo essere consapevoli che "nulla è per sempre". Tutto dipende dalla nostra rappresenta-

zione mentale e dal modo in cui accogliamo interiormente tale realtà. Il cambiamento è un processo naturale.

Per questo ad ogni alba e ad ogni tramonto Madre Natura continua a ricordarci che "tutto scorre" e che, in un mondo in cui tutto cambia, l'unica legge che non cambia mai è la legge universale della vita: "la legge del cambiamento".

Dott.ssa Annarita Di Paolo
NLP Trainer, Life & Business Coach