

Festival della Salute Mentale

ottobre 2026



SAN PIETRO IN ATRIO, VIA ODESCALCHI - COMO

**LUN
19**

H 10 INAUGURAZIONE

h 10.30-12.30 Laboratorio esperienziale sulle Emozioni (per le scuole)

h 16.30-18 Concerto del Conservatorio Giuseppe Verdi di Como

h 15.30 e h 20.30 Film Rebuilding (Cinema Astra - ingresso a pagamento)

**MAR
20**

h 11-12 Tecniche di rilassamento per ansia e stress (per le scuole)

h 15-16 Tecniche di rilassamento per ansia e stress

h 17-18 Letture con la Casa della Poesia

h 15, h 18.15 e h 21 Film Rebuilding (Cinema Astra - ingresso a pagamento)

**MER
21**

h 11-13 Laboratorio di scrittura autobiografica: Le Parole del mio Mondo (per le scuole)

h 15-17 Incontro: Comprendere per riuscire. Materiali didattici e self-efficacy a scuola (per docenti)

h 17 Rassegna Como in Salute. Incontro: ansia e depressione

h 15.30 e h 20.30 Film Rebuilding (Cinema Astra - ingresso a pagamento)

**GIO
22**

h 11-13 Laboratorio di scrittura autobiografica: Le Parole del mio Mondo (per le scuole)

h 14 e h 15.30 Laboratorio di Collage Coaching

h 17 Talk: Alimentazione e farmaci

**VEN
23**

h 10-11.30 Incontro: Terapia con l'Arte o l'Arte come Terapia? (per le scuole)

h 11.40-13 Incontro: Terapia con l'Arte o l'Arte come Terapia? (per le scuole)

h 15-17 Conferenza. Tra lingua e mito:
• I greci e la follia
• Furor nel mondo romano

**SAB
24**

h 10-11 Tecniche di rilassamento per ansia e stress

h 11-13 Laboratorio Libri parlanti

h 15 Concerto dell'Orchestra Botanica Alchechengi

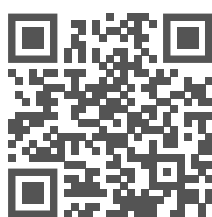
h 17 Incontro AI e supporto emotivo

Partner del Festival
e del FuoriFestival
della Salute Mentale

19-24/10 - Mostra d'Arte Insensata - "Alegria Heleleleee" di ProgettoMondo

Le iniziative sono ad accesso libero

**Programma completo su
www.asst-lariana.it**



Un'iniziativa del Calendario della Prevenzione

