

# metropoli

19  
luglio  
2021

19

## IMPARARE AD "AVER CURA DI SÉ"

Un'occasione per valorizzarsi attraverso la propria bellezza, nella differenza. "Aver cura di sé" è un **laboratorio gratuito** promosso dalla **Cooperativa Accaparlante**, condotto dalla consulente estetica e docente ECIPAR **Ilaria Incusci** e rivolto a **ragazze dai 15 ai 18 anni**.

Nei **6 incontri** pomeridiani verranno trasmessi consigli teorici e pratici per rendere le partecipanti al corso più possibile autonome nel prendersi cura di loro stesse, con l'uso di prodotti semplici e naturali, materie prime a basso costo e strumenti estetici utili alla cura di sé.

Coccolarci con un massaggio, passarci la crema sul viso, prendersi cura dei nostri piedi e delle nostre mani oppure giocare col nostro aspetto può **migliorare la nostra autostima**, rimandarci un'immagine diversa di noi e **valorizzare la nostra identità** arricchendoci nelle differenze.



Gli incontri si terranno presso la sede della **Casa di Quartiere "Pilastro"** in via Dino Campana 4 a Bologna, **dalle 14.00 alle 17.00**, nei giorni:

- giovedì 29 luglio
- venerdì 30 luglio
- martedì 3 agosto
- giovedì 5 agosto
- lunedì 30 agosto
- mercoledì 1 settembre



Il numero massimo di partecipanti è di **6/8**, in modo che sia possibile seguirle tutte con attenzione. Non è necessario avere competenze specifiche, ma motivazione ed interesse.



La domanda di iscrizione va inviata **entro venerdì 23 luglio** telefonando al numero **340.7822002** o scrivendo alla mail **barbara.rodì@accaparlante.it** (attendere conferma).

**5 PER MILLE 2021  
AL CDH**

**Codice fiscale: 92044750377**

**"NOI CI METTIAMO LA FACCIA, VOI METTETE LA FIRMA!"**



Via Pirandello 24, 40127 Bologna  
Tel. 051.6415005  
Cell. 349.2481002  
[www.accaparlante.it](http://www.accaparlante.it)

Autorizzazione Tribunale di Bologna  
n. 5225 del 31/12/1984  
Direttore responsabile:  
Massimiliano Rubbi  
In redazione:  
Valeria Alpi, Barbara Rodi  
Amministrazione, proprietà e redazione  
c/o Cooperativa Sociale Accaparlante

Ricevi Metropoli via mail: iscriviti su  
[www.accaparlante.it](http://www.accaparlante.it)