

## **RIEVOCARE**

chiamare, ridare voce ai ricordi

## **RICORDARE**

riportare al cuore, rievocare emozionalmente

## **RIMEMBRARE**

ricomporre, rimettere insieme ciò che era disperso

**RIEVOCARE e RICORDARE** ci consentono di allineare caoticamente i ricordi e di riviverli in maniera emozionale

**RIMEMBRARE** ci permette di rispondere alla domanda

**chi sono, quale è la mia storia?**

*Una terra dove l'aria è come un dolce sciroppo la puoi anche abbandonare senza rimpianto ma la terra insieme alla quale hai avuto freddo mai più potrai fare a meno d'amarla...*

*E' possibile dimenticare il tempo e il luogo dove hai messo su pancia e gozzo ma la terra con la quale hai diviso la fame mai più la potrai dimenticare*

Bene! POEMA D'OTTOBRE

Vladimir Majakovskij

**pensa a  
una tua terra lontana**

**in fondo al tuo cuore  
reale o metaforica**

**lascia riaffiorare emozioni suoni colori sensazioni**

davanti alle difficoltà della vita ci sono due modi di reagire: non accettarle o accoglierle  
**riducendone il condizionamento**

**alcuni aspetti del nostro carattere possono essere di ostacolo, altri possono tirarci fuori dai guai**

*Il raffreddore, sai, adesso è nella fase peggiore. Stai così male che preferiresti morire. Però forse a questo punto non può peggiorare.*

**Ogni persona ha limiti che non possono essere oltrepassati. E' vero, in futuro il raffreddore ti potrebbe ritornare...**

*Puoi considerare inaccettabile la possibilità che torni, oppure, se torna, dire a te stessa:*

***“Beh, ci risiamo di nuovo?”***  
*e tutto diventa molto più facile*

B. Yoshimoto Kitchen

**pensa a un episodio della tua vita in cui  
ti sei misurato con le tue difficoltà e possibilità  
di farcela**

**lascia riaffiorare emozioni suoni colori sensazioni**

Quando ripensiamo a ciò che abbiamo vissuto, creiamo un altro da noi. Lo vediamo agire, sbagliare, amare, soffrire, godere, mentire, gioire, ci sdoppiamo, ci bilochiamo, ci moltiplichiamo. Assistiamo alla nostra vita come spettatori: talora indulgenti, talaltra severi e carichi di sensi di colpa, oppure, sazi di quel poco che abbiamo cercato di vivere fino in fondo...

ciascuno, in fondo, non fa altro che raccontare agli altri se stesso

Duccio Demetrio Raccontarsi come cura di sé

*E se non puoi la vita che desideri  
cerca almeno questo  
per quanto sta in te: non sciuparla  
nel troppo commercio con la gente  
con troppe parole in un viavai frenetico.*

*Non sciuparla portandola in giro  
in balia del quotidiano  
gioco balordo degli incontri  
e degli inviti,  
fino a farne una stucchevole estranea*

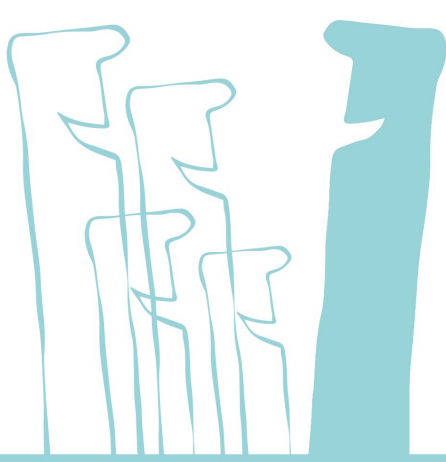
Constantinos Kavafis  
Settantacinque poesie

**pensa a una dedica, un augurio  
per una persona importante che si affaccia alla vita**

**lascia riaffiorare emozioni suoni colori sensazioni**



**MONICA  
NOBILE**  
PEDAGOGISTA  
& COUNSELOR



• Formazione • Sostegno alla genitorialità • Ideazione, progettazione e coordinamento

monica nobile è pedagoga e counselor.

Vive a Venezia ma, per inquietudine e per lavoro, viaggia in Italia e all'estero.

Da sempre svolge la sua professione nel settore socio-educativo, dedicandosi negli ultimi dieci anni anche alla genitorialità adottiva e alla relazione educativa con bambini e ragazzi adottati.

Per il desiderio di trasmettere l'esperienza maturata durante la sua variegata attività professionale, progetta e conduce percorsi formativi per educatori e per insegnanti.

Insieme a Marina Zulian ha fondato l'Associazione BarchettaBlu che da ormai diciassette anni rappresenta una straordinaria opportunità di ricercare, progettare, inventare e concretizzare ideali a lei cari quali l'educazione alla libertà, la costruzione di relazioni solidali, la promozione dell'inclusione, la valorizzazione delle emozioni, l'importanza e il piacere del fare con creatività.

Ama Lorenzo da ventidue anni.

Il Brasile le ha donato due figli e un compito arduo: quello di madre.