

MASCHILE SOSTENIBILE



È una community di **esplorazione e promozione del benessere psicologico maschile**.

Maschile Sostenibile è un progetto che ha come obiettivo la costruzione di una comunità che rifletta su nuovi modi di intendere il maschile oggi.

Spesso si parla di come essere "uomini veri" incida non solo sul benessere femminile ma anche, e soprattutto, sul benessere maschile.

Ecco perché pensiamo sia necessario **fornire un'alternativa inclusiva e sostenibile a tutti i modi di intendere e vivere del maschile**. Creiamo insieme possibilità nuove di essere "uomo" che siano sostenibili per tutti i generi e tutti gli orientamenti.

CONSAPE VOLEZZA

Il primo obiettivo di Maschile Sostenibile è creare e aumentare consapevolezza di ciò che significa "essere uomini".

Uomini non si nasce, si diventa.

La società e l'educazione plasmano la percezione di ciò che siamo e come ci relazioniamo con le altre persone. Capire cos'ha plasmato e influenzato il maschile è il primo passo per essere più consapevoli dei nostri limiti, delle nostre risorse e delle scelte che abbiamo di fronte. La consapevolezza è il primo passo verso del benessere a cui aspiriamo.

Il secondo obiettivo di Maschile Sostenibile è ampliare il ventaglio di scelte.

La società riduce le possibilità di scelta degli uomini, spesso in contrasto col loro stesso benessere. Ogni scelta ha il peso di dimostrare costantemente di essere uomini degni di questo nome.

SCELTA

Maschile Sostenibile vuole fornire delle alternative di comportamento, alimentando la complessità del maschile, ponendo la giusta attenzione sulle responsabilità di essere uomini e di investire sul proprio benessere.

Il LAB verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

Il primo ciclo di incontri partirà a Marzo 2021

Per iscriversi o avere informazioni sul percorso:

Mail: maschilesostenibile@gmail.com

IG: [@maschile.sostenibile](https://www.instagram.com/maschile.sostenibile)

IL LAB



Il laboratorio di Maschile Sostenibile è il mezzo con cui **creiamo complessità maschile promuovendo il benessere psicologico.**

È un percorso esclusivo per chi si identifica come uomo.

Si compone di un piccolo gruppo che viene seguito passo passo attraverso la ridefinizione di ciò che significa "essere uomo".

Un percorso lungo 5 mesi in cui i partecipanti, attraverso il laboratorio online e la community dedicata, sono stimolati a creare consapevolezza sul significato di "essere uomo" e a scegliere che tipo di uomo essere.

TEMI

Emozioni
Virilità
Salute fisica
La competenza
Le donne
Sessualità
Relazioni romantiche
Identità e orientamenti

5 Mesi

10 Incontri Online

30 Ore in Gruppo

Community dedicata

Lab Offline tra un incontro e l'altro

Il costo del LAB è di
490 euro

Gli ideatori del progetto e conduttori del percorso di counseling di gruppo sono gli psicologi Giulia Tracogna e Stefano Urso.

Dott.ssa Giulia Tracogna

Psicologa clinica LGBTQ+
Consulente sessuale in formazione
Arteterapeuta

Dott. Stefano Urso

Psicologo sociale
Divulgatore
Inclusion, Leadership and Political
Strategist



Il LAB verrà attivato al raggiungimento del numero minimo di partecipanti.

Il primo ciclo di incontri partirà a Marzo 2021

Per iscriversi o avere informazioni sul percorso:

Mail: maschilesostenibile@gmail.com

IG: [@maschile.sostenibile](https://www.instagram.com/maschile.sostenibile)