



**UNIVERSITÀ
DI TRENTO**
Dipartimento di
Psicologia e Scienze Cognitive



ODFLAB

Laboratorio di Osservazione Diagnosi Formazione

DIALOGHI TRA LE VETTE

CONNETTERSI CON SE STESSI E GLI ALTRI, PASSO DOPO PASSO

Aprile e maggio 2026

La connessione tra psicologia e montagna risuona come un binomio potente per il benessere interiore. L'ambiente naturale delle montagne diventa eco prezioso nel cammino di comprensione del sé, offrendo un rifugio sicuro dove, camminando fianco a fianco, si potrà esplorare e condividere i propri sentimenti, pensieri ed emozioni. Attraverso attività di gruppo come escursioni, pratiche di consapevolezza e discussioni guidate, ci immergeremo nella bellezza e nella serenità della natura, facilitando così un profondo processo di auto-riflessione, cura e senso di appartenenza.

1

**incontro
conoscitivo**

3

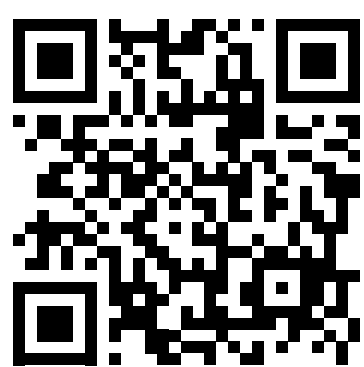
**escursioni
di gruppo**

1

**incontro
finale**

Per conoscere l'iniziativa è previsto un incontro informativo, che si terrà online lunedì 30 marzo alle ore 18:00.

Per iscriversi compilare il form:



Contatti:

consulenzapsicologica.studenti@unitn.it

<https://eventi.unitn.it/it/dialoghi-tra-le-vette-primavera-2026>

Finanziato da:

