



ISTITUTO COMPRENSIVO

Francesco Severi



## «I passi dei Genitori al tempo del Covid»

*Incontri on line a cura del centro Studi Psicologia  
Sistemica Co.Me.Te di Arezzo*

- Venerdì 9 Aprile ore 17.30-19
- Martedì 27 Aprile ore 17.30-19

Incontri on line tramite il seguente link

<https://aule.fondazionefranchi.it/b/SEVERIMEDIE-AR-ORIENT>



Associazione  
Centro Studi Psicologia Sistemica  
Infanzia Adolescenza Adulti  
Centro Co. Me. Te. Arezzo - Cortona  
Consulenza Mediazione Terapia  
[www.cometearezzo.it](http://www.cometearezzo.it)

*“Una volta la nonna mi aveva dato un consiglio:*

*- Nei periodi difficili, vai avanti a piccoli passi.*

*Fai ciò che devi fare, ma poco alla volta.*

*Non pensare al futuro, nemmeno a quello che  
potrebbe accadere domani.*

*Lava i piatti. Togli la polvere.*

*Scrivi una lettera. Fai una minestra.*

*Vedi?*

*Stai andando avanti passo dopo passo.*

*Fai un passo e fermati. Riposati.*

*Fatti i complimenti. Fai un altro passo. Poi un altro.*

*Non te ne accorgerai, ma i tuoi passi diventeranno sempre  
più grandi.*

*E verrà il tempo in cui potrai pensare al futuro senza  
piangere.”*

• *(Elena Mikhalkova)*