

Incontri di Biblioterapia: Raccontarsi per raccontare



La Biblioterapia è un metodo che aiuta ad affrontare i problemi personali attraverso la lettura e la discussione di testi. In questo percorso troverai libri e linguaggi che ti aiuteranno a conoscerti meglio e a capire quali sono i tuoi veri obiettivi, le tue risorse nascoste e le tue potenzialità.

Negli incontri si svolgeranno le seguenti attività:

- Presentiamoci
- Linguaggi ed emozioni
- Il mio personaggio preferito
- Una sfida affrontata
- Narrare sé stessi
- La poesia come narrazione dell propria anima
- Il labirinto e la crisi
- Raccontarsi con l'autobiografia
- Scrivere un breve racconto o una poesia
- La mia libreria



Conduce: Dott. Paolo Cardoso Psicologo e Psicoterapeuta con la Dott.sa Federica Bariatti esperta di filosofia.

Sede: Via Labiena 183 Laveno Mombello

Date e orari: Domenica dalle 16.30 alle 18.30, ogni 15 giorni, dal 8 novembre 2020

Partecipazione: gratuita

Prenotazione: necessaria

Informazioni e prenotazioni: telefonare al 338/9381870

O rivolgersi alla Segreteria 3481589431