



SAN GIORGIO

Assaggi di libroterapia

Alla scoperta del potere terapeutico delle parole scritte

Incontri con **Elisabetta Ferragina** Psicologa e psicoterapeuta
(iscritta all'ordine degli psicologi della Toscana n.6642)

L'idea di benessere attraverso i libri, detta "libroterapia", è molto antica e risale all'epoca delle prime biblioteche in Grecia. Negli ultimi decenni la libroterapia si è andata lentamente consolidando in diversi ambienti poiché il libro (romanzo, fiaba, poesia) favorisce il benessere psico-fisico e la crescita personale. Tutti noi ci poniamo domande, più o meno consapevoli, su molteplici aspetti della nostra vita e della nostra relazione con gli altri e in questo percorso possono aiutarci i libri poiché, attraverso i personaggi, possiamo trovare un confronto e un conforto oltre ad ulteriori spunti di riflessione. Con gli incontri di "Assaggi di Libroterapia" cercheremo di incontrarci e confrontarci attraverso frammenti di libri o racconti in un lavoro di gruppo volto ad una maggior consapevolezza di sé e conoscenza degli altri.

Dott.ssa **Elisabetta Ferragina**, psicologa, psicoterapeuta comparata libroterapeuta. Appassionata di libri e promotrice di iniziative ad essi collegati, come gruppi di libroterapia ed altre di tipo più divulgativo. Esercita la sua attività nella provincia di Pistoia e Prato.

La partecipazione è gratuita. Si può partecipare anche ad un solo incontro. Per iscriversi, inviare una mail all'indirizzo corsi.sangiorgio@comune.pistoia.it indicando il proprio nome, cognome e numero tessera della biblioteca. Chi non ha un indirizzo di posta elettronica potrà recarsi al banco accoglienza della biblioteca, dove potrà compilare e firmare un apposito modulo cartaceo. Chi non è ancora iscritto alla biblioteca, potrà comunque inviare la richiesta di partecipazione e perfezionare l'iscrizione prima dell'inizio dell'incontro stesso. Le iscrizioni saranno accolte in ordine di arrivo fino al raggiungimento di 25 richieste (età maggiore di 16 anni).



24 febbraio
27 aprile **20** maggio
2020
ore 17-19

SALA BIGONGIARI
**Biblioteca
San Giorgio**
Via Pertini, Pistoia

Informazioni: Tel 0573 371600 www.sangiorgio.comune.pistoia.it

