

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

La lettura che aiuta, ad Arona arrivano i percorsi di libro-terapia

Maria Carla Cebrelli · Thursday, September 7th, 2023

Book coaching o meglio libro-terapia è un termine ampio per definire una pratica di incoraggiamento alla lettura come strumento per affrontare piccole difficoltà o periodi difficili della vita. L'idea è quella di imparare a usare i libri come strumenti per la ricerca del nostro equilibrio, partendo dalla lettura e dal racconto di alcuni parti del testo ci interrogheremo su temi e situazioni che riguardano la nostra quotidianità per nutrire la nostra mente con interrogativi e nuove prospettive.

Il percorso proposto dalla Biblioteca di Arona si svilupperà in 3 incontri gratuiti, ai quali si potrà partecipare anche singolarmente, partendo dal 16 settembre, per proseguire poi il 23 e il 30 sempre di settembre, alle ore 10.30. Ideatrice di questa proposta **Fabiola Gallo**, FilosoFa ed Equilibraia in formazione che sottolinea **“da sempre, le storie aiutano a comprendere meglio ciò che ci accade, la forza del book coaching sta nel condividere le diverse interpretazioni col gruppo per moltiplicare i punti di vista e fare tesoro della diversità”**.

L'assessore alla cultura e all'istruzione Chiara Autunno interviene: “I libri quali strumento e chiave di lettura con cui imparare ad interrogarsi e conoscersi; una terapia curiosa che in biblioteca trova il suo habitat naturale e che siamo entusiasti di poter proporre ai nostri utenti”.

[La locandina con i dettagli](#)

This entry was posted on Thursday, September 7th, 2023 at 11:02 am and is filed under [Lago Maggiore](#), [Piemonte](#), [Tempo libero](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.