

# PRESENTAZIONE DEL LIBRO

## *Pensa Scrivi Vivi*

di Sonia Scarpante

TS - Terra Santa, 2022



La scrittura, attraverso diverse modalità e pratiche, può essere una efficace terapia per guarire blocchi, paure, ferite. Il processo narrativo porta grandi benefici sia al paziente sia a chi se ne prende cura.

In questo manuale Sonia Scarpante afferma che «scrivere ci fa bene», che «esprimere le emozioni sulla pagina bianca di un quaderno e di un diario, con una penna e non con un pc» ci aiuta a vivere meglio.

A cura dell' **Associazione La Cura di Sé.**

**GIOVEDÌ 12 SETTEMBRE - ORE 16.30**

BIBLIOTECA BERIO - SALA CHIERICI

VIA DEL SEMINARIO 16, GENOVA

INGRESSO LIBERO  
FINO AD ESAURIMENTO POSTI



COMUNE DI GENOVA

