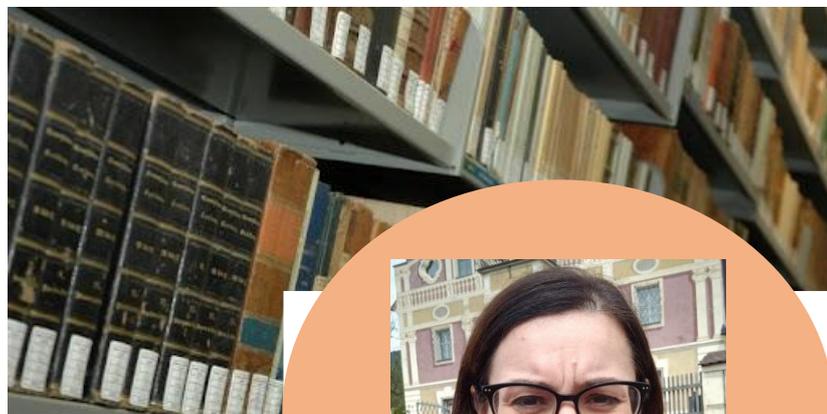


**OCCASIONE DI  
BENESSERE E  
CRESCITA UMANA**



## **LA LIBROTERAPIA:**

- MIGLIORA I LIVELLI DI STRESS E DI ANSIA
- ALLENA LA MENTE
- SVILUPPA L'EMPATIA
- FA EMERGERE L'UNICITÀ E LA SINGOLARITÀ DI OGNI PERSONA
- FAVORISCE LA CONDIVISIONE DI ESPERIENZE
- ACCRESCE LA CONSAPEVOLEZZA E LA RESPONSABILITÀ PERSONALE
- OFFRE OCCASIONI DI CONFRONTO CON L'ATTUALITÀ
- STIMOLA GLI EFFETTI BENEFICI DI UNA BUONA LETTURA

A cura di

**ELENA DELLA MALVA**

PSICOLOGA E PSICOTERAPEUTA  
AD ORIENTAMENTO SISTEMICO  
E RELAZIONALE, ESPERTA IN  
LIBROTERAPIA.

DOVE		QUANDO	COSTI
Presso il Centro Culturale dell'Abbazia di Seregno		<p><b>Gli incontri si terranno ogni lunedì, dalle ore 21.00 alle ore 22.30, con cadenza quindicinale.</b></p> <p><b>DATA DI INIZIO: 13 gennaio 2025</b></p>	<p><b>Per la partecipazione è richiesto un contributo spese di 60 euro a persona.</b></p> <p><b>ISCRIZIONI ENTRO IL 5 GENNAIO 2025</b></p>

**INFORMAZIONI:** Pandolfi Stefania – cell: 3396894429 – Mail: [corsibibliabbazia@gmail.com](mailto:corsibibliabbazia@gmail.com)

**ISCRIZIONI:** Abbazia "San Benedetto" dei Monaci Benedettini Olivetani

Via Stefano da Seregno, 100 - 20831 Seregno (MB) - Tel. 0362-268911

[www.abbaziadiseregno.com](http://www.abbaziadiseregno.com)

Centro Culturale "S. Benedetto" - Via Lazzaretto, 3 - 20831 - Seregno - tel: 331-1209285  
[www.abbaziadiseregno.com](http://www.abbaziadiseregno.com) - [corsibibliabbazia@gmail.com](mailto:corsibibliabbazia@gmail.com) - <https://www.facebook.com/abbaziadiseregno/>

