

DIPENDE DA TE!

Come scegliere l'atteggiamento giusto
per affrontare la vita e
raggiungere il benessere emotivo

mercoledì 28 maggio

Un incontro divulgativo
sul tema del **benessere psicologico** ed emotivo,
a cura della

Dott.ssa Cristina Martella, Psicanalista.

Scoprire la **gioia di vivere** può essere un viaggio pieno di sfide, ma ogni passo affrontato con **consapevolezza** è un'importante occasione di **crescita personale**.

L'iniziativa fa parte della rassegna *Benessere in biblioteca* e si propone di sensibilizzare il pubblico sull'importanza del perseguimento e della **cura della salute mentale**.

Biblioteca Palagio di Parte Guelfa
Sala dei Consoli - ore 17



Ingresso gratuito

Prenotazione obbligatoria

BIBLIOTECA PALAGIO DI PARTE GUELFA

Piazza della Parte Guelfa - Firenze

Tel. 055 261 6030

bibliotecapalagio@comune.fi.it

#BiblioPalagio

WWW.BIBLIOTECHE.COMUNE.FI.IT



DI COSA PARLEREMO:

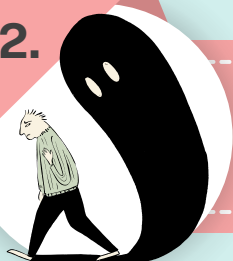
Con la Dott.ssa Cristina Martella

01.



**AFFRONTARE
LE FERITE DEL PASSATO**

02.



**SUPERARE LE ASPETTATIVE
SOCIALI CHE GENERANO ANSIA**

03.



**COLTIVARE
LA GRATITUDINE**

04.



**IMPARARE
AD ACCETTARSI**

05.



**VIVERE
NEL PRESENTE**