

COMUNICAT DE PRESĂ

„Rescrierea poveștii personale”, tema lunii noiembrie la atelierul „Biblioterapia” de la Biblioteca Județeană „Lucian Blaga” Alba

Proiectul 3.30 Biblioterapia este un atelier de psihoterapie ce are loc lunar la Biblioteca Județeană „Lucian Blaga” Alba. Atelierul constă într-o prezentare detaliată a unei teme, însoțită de cazuri concrete, și recomandarea unor cărți de specialitate aflate în colecția tematică a bibliotecii județene, situată în Alba Iulia, pe strada Trandafirilor, la nr. 22. Informații suplimentare despre proiect sau programul și colecțiile bibliotecii pot fi accesate pe site-ul www.bjalba.ro.

Tema aleasă pentru luna noiembrie de către invitatul permanent al atelierului, psihoterapeutul Cosmin Bara, este „Rescrierea poveștii personale”, temă ce va fi dezbătută împreună cu bibliotecara Luiza Pop, la rândul ei cu pregătire de specialitate.

Atelierul din această lună va avea loc marți, 28 noiembrie 2023 și va fi transmis începând cu ora 17:00 pe pagina de Facebook a Bibliotecii Județene „Lucian Blaga” Alba, la adresa www.facebook.com/BibliotecaJudețeanăLucianBlagaAlba.

„Rescrierea poveștii personale este o temă foarte importantă, în cadrul căreia vom aborda aspecte legate de scenariul nostru de viață, cum îl putem rescrie, vom vorbi despre tehnicile folosite în psihoterapia integrativă însă dintr-o perspectivă a neuroștiinței” ne informează psihoterapeutul Cosmin Bara.

Activitatea face parte din programul 3 ANIMAȚIE CULTURALĂ, proiectul 3.30 Biblioterapia și este organizat de Consiliul Județean Alba și Biblioteca Județeană „Lucian Blaga” Alba.



BIBLIOTECA JUDEȚEANĂ „LUCIAN BLAGA” ALBA

Str. Trandafirilor, Nr. 22, Alba Iulia, jud. Alba, România

Tel. 0258 811 443, Fax: 0258 817 204

Email: bjalba@gmail.com • managerbiblioteca@yahoo.com • www.bjalba.ro

Informații suplimentare:

Daniela Floroian, bibliotecar
responsabil 12.1 Marketing și PR
E-mail: bjadanielafloiroian@yahoo.com