

## COMUNICAT DE PRESĂ

### **„Capcanele perfecționismului la părinți și la copii”, tema lunii februarie la BebeBiblioteca**

Miercuri 6 martie 2024, de la ora 17:00, Consiliul Județean Alba și Biblioteca Județeană „Lucian Blaga” Alba, vă invită la sala de lectură a bibliotecii unde va avea loc atelierul de parenting „BebeBiblioteca”. Proiectul are ca scop crearea unui ambient prietenos pentru viitorii și proaspeții părinți, un spațiu în care aceștia să se întâlnească cu un specialist, să pună întrebări și să găsească răspunsuri avizate și, totodată, să poată consulta literatura de specialitate aflată în colecțiile bibliotecii.

Tema pentru atelierul lunii martie este: „Capcanele perfecționismului la părinți și la copii”. „Perfecționismul este unul dintre cele mai subtile mecanisme de apărare, pe care noi, oamenii, îl folosim adesea inconștient. Multe persoane privesc perfecționismul ca pe un lucru pozitiv, ca pe o virtute care îți crește șansele să fii o persoană de succes, dar de fapt perfecționismul se alimentează din frica de a face greșeli și de a fi judecat. Vestea bună este că acest perfecționism poate fi depășit dacă înțelegem mai bine cauzele și învățăm să le transformăm în soluții.” Aceasta este opinia psihoterapeutei Adina Drimbe, cea care coordonează proiectul 3.1 BebeBiblioteca încă de la debutul său, din luna martie a anului 2019.

Având în vedere că acest atelier se desfășoară într-un spațiu al cunoașterii și al cărții, cei prezenți vor primi consiliere în alegerea lecturii, fie beletristică, fie de specialitate, de la responsabilă proiectului, bibliotecara Ana-Maria Pienar. Intrarea la activitate este liberă, iar organizatorii încurajează participarea părinților alături de copiii lor.



## **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](mailto:bjalba@gmail.com) • [managerbiblioteca@yahoo.com](mailto:managerbiblioteca@yahoo.com) • [www.bjalba.ro](http://www.bjalba.ro)

---

### **Informații suplimentare:**

Daniela Floroian, bibliotecar  
responsabil 12.1 Marketing și PR  
E-mail: [bjadanielafloroian@yahoo.com](mailto:bjadanielafloroian@yahoo.com)