



Van Gogh
"Depressione"

**COME AFFRONTARE LA DEPRESSIONE E L'ANSIA
UNO STRUMENTO EFFICACE:
Autostima e Motivazione per ritrovare l'energia
e la forza personale.**



**Giovedì 5 novembre 2009 ore 21,00 Caffè letterario di Parma
Via Fratti, 20 - Pr**

- La depressione nelle sue diverse forme.
- Perché ansia e depressione possono apparire insieme?
- Quale potere ha su di me la depressione?
- Come posso affrontarla? Strategie pratiche.
- Autostima e Motivazione una chiave per l'azione verso il benessere
- L'arte un efficace strumento terapeutico

Questa serata ti condurrà a capire come uscire dall'ansia e dalla depressione. Sarà un momento di dibattito e confronto, dove chi vorrà potrà esporre il proprio caso per avere un immediato supporto.

Lasciati trasportare dall'emozione di scoprire che la vera arma della tua forza risiede in te stesso.

Questa serata è condotta da Patrizia Marzola, psicologa clinica.

Per info chiama 0521.037399

o scrivi a caffèletterariodiparma@libero.it