

{ pensieri e parole
associazione culturale della biblioteca

Conferenza di Gianfrancesco Gervasoni:

*“Tutto ciò che avreste voluto sapere sull’ansia...
e non avete mai osato chiedere”*



Mercoledì 4 febbraio h. 20:30

c/o Biblioteca di Ponteranica

via Valbona 73

Ingresso libero

Una serata dedicata alla nostra amica incompresa...l'ansia.

Essa ci ha aiutato per generazioni a sopravvivere in un mondo pericoloso, incrementando le nostre risorse fisiche e mentali, ad esempio per fronteggiare un predatore o combattere un nemico.

Ora invece in un mondo, virtuale, addomesticato, ci segnala quando ci ostiniamo in situazioni che compromettono la nostra libertà di scelta. Lei ci avverte ma spesso noi ci ostiniamo in comportamenti, atteggiamenti sbagliati.

Per una sera riconciliamoci con la nostra amica, parliamo dell'ansia in modo leggero, facile e comprensibile, parliamo di come agisce, che logica segue e come noi riusciamo a farla diventare un problema.

