

Oggi in Biblioteca: dimagrire mangiando

«**DISCORSERIA** Psicologica», questo il titolo di un'importante evento quest'anno alla terza edizione aretina. Si tratta di un ciclo di incontri, gratuiti e aperti a tutti, che da marzo a luglio vedranno impegnati i volontari della Nardone-Watzlawick onlus a fornire uno spazio di riflessione e confronto, trasmettendo quante più informazioni possibili sulle modalità di prevenzione e cura dei disturbi psicologici e comportamentali, proponendo soluzioni secondo l'approccio della Terapia Breve Strategica. «Siamo convinti — dice Maria Cristina Nar-

done, presidente della onlus — che solo la conoscenza e la consapevolezza possano permettere di scegliere liberamente il tipo di trattamento o cura che meglio risponde alle problematiche». Da qui l'organizzazione di campagne educative e informative rivolte al pubblico, ai medici e al mondo dell'informazione. Lo start è previsto oggi alle 18 alla Biblioteca comunale con la prima conferenza intitolata «Dimagrire mangiando: la dieta paradossale». La metodologia è messa a punto dal professor Giorgio Nardone sulla base di oltre settemila casi trattati.